

Ilona Lehmus

# Yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia ja kehittämisideoita Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyöstä

Metropolia Ammattikorkeakoulu

Ylempi AMK-tutkinto, S1415S16

Sosiaali- ja terveysalan johtaminen

Opinnäytetyö

14.11.2016

Tekijä	Ilona Lehmus
Otsikko	Yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia ja kehittämisideoita Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyöstä
Sivumäärä	41 sivua + 2 liitettä
Tutkinto	Ylempi AMK-tutkinto
Koulutusohjelma	Sosiaali- ja terveystieteiden koulutusohjelma
Suuntautumisvaihtoehto	Sosiaali- ja terveystieteiden johtaminen
Ohjaaja	TtT, yliopettaja Anne Nikula Terveystieteiden edistäminen
<p>Vapaaehtoistyötä toteuttavat yhteiskunnassamme erityisesti eri järjestöt ja kirkot. Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa vapaaehtoistyötä lähdettiin organisoimaan ja kehittämään uuden vapaaehtoistyön koordinaattorin johdolla vuoden 2015 syyskuussa. Tämä opinnäytetyö on osa tätä kehittämistyön kokonaisuutta.</p> <p>Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella asuvien yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia ja kehittämisideoita seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta. Lisäksi selvitettiin syitä, miksi osa 65-vuotiaista ei osallistu oman seurakuntansa järjestämään toimintaan. Tavoitteena oli kyselyn tulosten pohjalta tarjota seurakunnalle tietoa vapaaehtoistoiminnan kehittämisen tueksi. Kysely lähetettiin 962 seurakuntalaiselle maaliskuun 2016 aikana. Kyselyyn vastasi 280 seurakuntalaista. Vastaukset analysoitiin sisällönanalyysilla.</p> <p>Tulosten mukaan yli 65-vuotiaat seurakuntalaiset kokivat mieluisimmiksi toiminnoiksi jumalanpalvelukset, kirkkokahvit ja diakoniatoimen järjestämät merkkipäiväjuhlat. Tietoa löydettiin parhaiten Ortodoksiviesti-lehdestä ja henkilökohtaisista kirjeistä. Diakoniatoimen lähimmäispalveluista oli vähän kokemuksia. Kehittämisideoissa esille nousivat tiedottamisen, toiminnan ja alueellisen tasa-arvon kehittäminen. Vastaajat toivoivat seurakunnalta tehokkaampaa ja täsmällisempää tiedottamista vanhuspalveluista ja enemmän henkilökohtaisia yhteydenottoja. Toiminnan kehittämisessä toivottiin vanhusten parempaa huomioimista toiminnan suunnittelussa sekä koti- ja laitospalveluiden lisäämistä. Pitkät etäisyydet koettiin ongelmaksi, joten kuljetus- ja saattaja-apu jumalanpalveluksiin ja muihin tapahtumiin koettiin tarpeelliseksi. Pitkät välimatkat, saamattomuus, omat sairaudet sekä ajan puute olivat suurimmat syyt siihen, miksi osa seurakuntalaisista ei osallistunut lainkaan seurakunnan järjestämään toimintaan.</p> <p>Tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan hyödyntää Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistoiminnan kehittämisessä ja etsivässä seurakuntatyössä.</p>	
Avainsanat	vapaaehtoistyö, seurakunta, seurakuntalainen, vanhuus

Author	Ilona Lehmus
Title	Over 65-year-old parishioners' experiences with volunteer work and ideas for its development in the Orthodox parish of Helsinki
Number of Pages	41 pages + 2 appendices
Degree	Master of Social Services and Health Care
Degree Programme	Social Services and Health Care
Specialisation option	Health Business Management
Instructor	Anne Nikula Principal Lecturer, PhD Health Promotion
<p>In our society volunteer work is carried out especially by organizations and churches. In the Orthodox parish of Helsinki organization and development of volunteer work begun under the supervision of a new volunteer work coordinator in September 2015. This study is a part of the overall development work.</p> <p>The purpose of this study was to find out the experiences over 65-year-old parishioners, living in the eastern part of the Orthodox parish of Helsinki, had with volunteer work and what were their ideas for further development of volunteer work. Additionally, the reasons as to why some 65-year-olds don't participate in the activities organized by the parish were also researched. The aim was to offer the parish information based on the survey to support the development of volunteer work. During March 2016 the survey was sent to 962 parishioners, out of whom 280 replied to the survey. The replies were analyzed with content analysis.</p> <p>According to the results, over 65-year-old parishioners found church services, coffee after services and special day celebrations organized by the diaconal social work to be the most pleasant activities. The Ortodoksiviesti-magazine and personal letters were the best source of information. There was not a lot of experience of the diaconal social work's neighbor service. The development of communication, activities and regional equality stood out in the suggested ideas for development. The respondents hoped for more effective and more detailed information about services for seniors and more personal contact from the parish. What comes to the development of activities, it was hoped that the seniors should be taken into consideration better in planning the activities and also that more home and facility visits should be organized. Long distances were seen as a problem, and therefore escort help to church services and other activities was considered necessary. Long distances, inefficiency, personal illnesses and lack of time were mentioned as the main reasons why some parishioners didn't participate at all to the activities organized by the parish.</p> <p>The results of this study can be utilized in the development of volunteer work in the Orthodox parish of Helsinki and also in searching congregational work.</p>	
Keywords	volunteer work, parish, parishioner, old age

## Sisällys

1	Johdanto	1
2	Kirkkojen tekemä vapaaehtoistyö	2
2.1	Vapaaehtoistyöstä yleisesti	2
2.2	Kirkon vapaaehtoistyö	3
2.3	Vapaaehtoistyö Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa	4
3	Vanhukset ja vapaaehtoistyö	7
3.1	Vanhukset osana yhteiskuntaamme	7
3.2	Vanhustyö Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa	9
3.3	Vanhusten kokemuksia seurakuntatyöstä Suomessa	10
3.4	Vapaaehtoistyön merkitys vanhuksille	11
3.5	Vanhusten hengellinen kohtaaminen vapaaehtoistyössä	12
4	Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset	13
5	Opinnäytetyön empiirinen toteuttaminen	14
5.1	Tutkimusympäristö	14
5.2	Tutkimusmenetelmä	15
5.3	Aineiston keruu	17
5.4	Sisällönanalyysi	19
5.5	Aineiston analysointi	19
6	Tulokset	21
6.1	Taustatiedot	21
6.2	Yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta	23
6.3	Yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kehittämisideoita Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta	25
6.4	Syyt, joiden vuoksi osa yli 65-vuotiaista seurakuntalaisista ei osallistu Helsingin ortodoksisen seurakunnan järjestämään toimintaan	27
7	Pohdinta	29
7.1	Tulosten tarkastelua	29
7.2	Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus	32
7.3	Johtopäätökset ja kehittämisehdotukset	36
	Lähteet	39

## Liitteet

Liite 1. Saatekirje

Liite 2. Kysely

## 1 Johdanto

Vanhustyön yksi keskeisimmistä kysymyksistä Suomessa on, kuinka voimme taata ihmisarvoisen kohtelun yhä lisääntyvälle vanhusten joukolle. Meillä on jo nyt riittävästi tietoa hyvän vanhuuden edellytyksistä. Tiedon ja tutkimusten ohelle tarvitsemme yhä enemmän rohkeutta ja halua suunnata voimavaroja vanhustyön kehittämiseen. Vapaaehtoistyön kehittäminen on yksi vastaus tähän haasteeseen. Vapaaehtoistyöllä on merkittävä rooli yhteiskunnassamme. Sitä toteuttavat erityisesti kolmannen sektorin eri järjestöt ja kirkot. Vapaaehtoistyöllä ei voida korvata sosiaali- ja terveysalan palveluita, mutta sen avulla niitä voidaan tukea hyvinkin merkittävällä tavalla.

Vapaaehtoistyö on ollut aina erottamaton osa kaikkien kristillisten kirkkojen tekemää työtä ja on sitä vahvasti edelleen. Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa vapaaehtoistyön organisoiminen on ollut jo pitkään yksittäisten työntekijöiden vastuulla, eikä vapaaehtoistyöstä ole laadittu mitään selkeää kirjallista ohjeistusta. Seurakunta palkkasi syksyllä 2015 kahden vuoden määräajaksi koordinaattorin, jonka tehtävänä on kehittää vapaaehtoistyötä niin seurakuntalaisten, vapaaehtoistyöntekijöiden kuin seurakunnan palkattujenkin työntekijöiden osalta. Tämä opinnäytetyö on osa tätä kehittämistyön kokonaisuutta.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli kyselyn avulla selvittää Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella asuvien yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia ja kehittämisideoita seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta. Kyselyn avulla selvitettiin myös, mitkä tekijät vaikuttavat siihen, että osa yli 65-vuotiaista ei osallistu oman seurakuntansa järjestämään toimintaan. Tavoitteena oli kyselyn tulosten pohjalta tarjota seurakunnalle arvokasta tietoa erityisesti yleisen vapaaehtoistyön ja diakonian vapaaehtoistoiminnan organisoinnin ja kehittämisen tueksi.

Opinnäytetyö lähti liikkeelle omasta innostuksestani ja kiinnostuksestani vapaaehtoistyötä kohtaan. Olen itse toiminut seurakunnan vapaaehtoistyössä yli 20 vuoden ajan ja palkattuna kasvatus- sekä diakoniatyöntekijänä vuodesta 2005 alkaen. Tämä työ toteutettiin yhteistyössä vapaaehtoistyön koordinaattorin ja seurakunnan johdon kanssa.

## 2 Kirkkojen tekemä vapaaehtoistyö

### 2.1 Vapaaehtoistyöstä yleisesti

Vapaaehtoistyön juuret ovat syvällä historiassa, ja sen taustalla vapaaehtoisen toiminnan lisäksi vaikuttavat myös ihmisten arvot. Vapaaehtoistyö ehkäisee syrjäytymistä tarjoamalla kansalaisille mielekästä tekemistä, ja lisäksi se vahvistaa auttamistyössä käytettäviä voimavaroja. Yksilön kannalta vapaaehtoistyö voi tarjota sisältöä elämään, yhteiskunnallisen vaikuttamisen areenan sekä mahdollisuuden auttaa ja itsekkin kehittyä. Vapaaehtoistyöllä on yhteiskunnassamme tärkeä rooli, ja sitä toteuttavat erityisesti kolmannen sektorin järjestöt ja eri kirkot. Vapaaehtoistyön tehtävänä on tukea ja täydentää sosiaali- ja terveysalan palveluita, mutta sillä ei voida eikä ole tarkoituskaan korvata ammattilaisten tekemään työtä. (Mykkänen-Hänninen 2007: 11 – 12.)

Kolmannen sektorin toiminnan määrittelemisen ja hahmottamisen ovat yhteiskunnassamme varsin haasteellisia. Kolmannen sektorin jäsentäminen valtion ja julkisen sektorin leikkauspisteeksi on vaikeaa, kun tarkastellaan sosiaali- ja terveysalan piirissä toteutuvaa vapaaehtoistyötä. Monet järjestöt saavat valtiolta taloudellista tukea. Kolmannen sektorin yhteiskunnallinen tehtävä on myös kaksijakoinen. Yksilötasolla toiminta luo erilaisia toimintafoorumeita ja ehkäisee syrjäytymistä, mutta samalla toimintaa pyritään hyödyntämään sosiaali- ja terveysalan palveluissa. Voidaan siis sanoa, että vapaaehtoistyö tuo inhimillistä näkökulmaa byrokraattiseen palvelujärjestelmään tarjoamalla niin sanotun välitilan asiakkaan lähiverkoston ja ammattiavun välillä. (Mykkänen-Hänninen 2007: 16 – 17.)

Laasanen (2011) kiteyttää vapaaehtoistyön tunnusmerkit seuraavasti: 1) kyse on vapaaehtoisesta valinnasta, 2) työ tarkoittaa yleisesti hyväksyttyä tapaa, jolla ihmiset voivat osallistua erilaisiin toimintoihin haluamissaan yhteisöissä, 3) työn avulla ihmiset voivat ottaa kantaa humanitaarisiin, ympäristöllisiin ja sosiaalisiin kysymyksiin sekä 4) työ on palkatonta. (Laasanen 2011: 4.)

Vapaaehtoistyötä pidetään sellaisena työskentelynä, joka tapahtuu muiden kuin lähisukulaisten hyväksi ja pohjautuu vapaaehtoisuuteen. Keskinäinen luottamus ja sitoutuminen yhteisiin arvoihin jäsentävät vapaaehtoistyötä. Vapaaehtoisuus tarjoaa kokemuksia kumppanuudesta, sosiaalisuudesta ja itsetunnon kasvamisesta. Sen on todettu myös

edistävän terveyttä ja pidentävän elinikää. Vapaaehtoistyön edistämisessä on tärkeää, että vapaaehtoiset sitoutuvat yhteisön arvoihin ja kokevat toiminnassaan toteuttavansa niitä. Yhtä tärkeää on myös, että vapaaehtoiset kykenevät samaistumaan autettavien elämään. Sitä parempia tuloksia saavutetaan, mitä pitemmäksi aikaa vapaaehtoiset sitoutuvat tehtäviinsä. Suomessa vapaaehtoistoiminta on yleistä, mutta sen haasteena on kaupallisuus. Maksullisten vapaa-ajan palveluiden hankkiminen kilpailee ihmisten ajasta vapaaehtoistyön kanssa. Maksullisia palveluita on myös tullut sellaisten palveluiden tilalle, joita ihmiset ovat aikaisemmin tehneet toisilleen ilmaiseksi. (Hiilamo – Hiilamo 2007: 116 – 121.)

Vapaaehtoistyö on aiheena ajankohtainen ja mielenkiintoinen. Ikääntyvää väestöä pidetään usein talouden vakautta uhkaavana tekijänä. Hyvinvointiyhteiskunnan kestävyyskannalta on kuitenkin syytä arvioida ikäihmisten rooli uudestaan. Eläkeläisillä on aikaa, osaamista, taitoa sekä viisautta. Vapaaehtoistyöhön osallistumalla he saavat uusia sosiaalisia suhteita ja merkitystä arkeensa. (Hämäläinen 2013: 15 – 16.)

Vapaaehtoistoiminnassa Suomea voidaan pitää maailmanlaajuisesti tietyllä tavalla kehityksena. Euroopan mittakaavassa Suomi on kuitenkin hyvällä tasolla, sillä aktiivisuus ja osallistuminen ovat täällä yleisempää kuin useissa muissa maissa. Kirkon piirissä tehtävä vapaaehtoistoiminta on erityisen aktiivista ja arvostettua. Yhteisvastuullisuus ja auttamisen halu eivät ole kadonneet minnekään Suomesta. (Nylund – Yeung 2005: 14.)

## 2.2 Kirkon vapaaehtoistyö

Evankelis-luterilainen ja ortodoksinen kirkko Suomessa ovat osa julkista sektoria verotusoikeutensa takia. Perustuslaissa määritellään kirkon julkisoikeudellinen asema. Maailmanlaajuisesti tilanne on hyvin poikkeuksellinen, sillä muualla maailmassa kirkot ovat osa kansalaisyhteiskuntaa, eivät julkisyhteisöä. Kansankirkkojen itseyttä omasta roolistaan vaihtelee Suomessa. Juridisella tasolla asia on selvä verotusoikeudellisesta näkökulmasta tarkasteltuna, mutta käytännön tasolla kirkon rooli on kuitenkin jossain julkisyhteisön ja kansalaisjärjestön välimaastossa. (Rasila 2007: 57 – 58.)

Kirkkokuntien tekemällä työllä on Suomessa vahva ja kunnioitettu asema. Kolmannen sektorin vapaaehtoistyöstä, johon kirkon vastaava työ kuuluu, on tullut merkittävä



sosiaalipoliittinen toimija julkisen sektorin rinnalla. Kirkko puhuu rohkeasti oikeudenmukaisuudesta, ja se pitää oviaan auki kaikille. Kirkon toiminta ei ole sulkeutunutta, vaan yhteistyötä tehdään lukuisten eri toimijoiden kanssa. (Mykkänen-Hänninen 2007: 14.)

Kirkon toiminnan näkökulmasta tarkasteltuna ihmisten kohtaamisessa vapaaehtoistyössä on kyse siitä, että teemme hyvää ja kannamme vastuuta lähimmäisistämme. Kristittyjen auttamishalulla on pitkät perinteet. Raamatussa niistä antavat esimerkkejä apostolit ja pyhät ihmiset. Vertauksessaan viimeisestä tuomiosta Kristus lukee ansioksi ja vastaavasti ansion puuttumiseksi sen, miten kukin on kohdellut toisia ihmisiä: ”Totisesti: kaiken, minkä te olette jättäneet tekemättä yhdelle näistä vähäisimmistä, sen te olette jättäneet tekemättä minulle.” (Matt. 25:45). (Colliander 2015: 7 – 9.) Kristillisen etiikan lähtökohtana on, että osaamme asettua toisen asemaan ja että emme saa tehdä lähimmäisillemme sitä, mitä emme toivoisi itsellemme tehtävän. Jumala on rakkaus ja meidän tulee rakastaa lähimmäisiämme niin kuin itseämme. Vaikka auttaminen on välillä raskasta, on se kuitenkin hyvä ja tärkeä asia. Meidän on tärkeää tiedostaa, että asioita ja myös maailmaa voi muuttaa. (Pruuki 2008: 8 – 10.)

### 2.3 Vapaaehtoistyö Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa

Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyön lähtökohtana on ortodoksisen kirkon ihmiskäsitys ja ortodoksinen teologia. Ortodoksisen kirkon ihmiskäsityksen mukaan ihminen on luotu Jumalan kuvaksi. Syntiinlankeemuksessa ihmisen ja Jumalan suhde rikkoutui, mutta Kristuksessa tämä lankeemuksen historia päättyi. Kristus on täydellinen kuva Jumalasta, ja Hän on sellainen, jollaisiksi meidän – Jumalan kuviksi luotujen – tulisi tässä maailmassa pyrkiä. Ihmisyyteen kuuluu toisten ihmisten palveleminen. Jumalaa ei voida lähestyä ilman, että lähestymme myös kärsiviä ihmisiä. Vapaaehtoistoiminta kristillisessä kirkossa heijastaa tätä hengellistä perintöä. Toimimalla lähimmäistemme apuna ja tukena vapaaehtoistoiminnan erilaisissa tehtävissä elämme todeksi tätä sanomaa ja Kristuksen opetuksia. Vapaaehtoiset työskennellessään osana seurakuntayhteisöä heijastavat meille Jumalan suurta ja kirkasta valoa. (Aminoff 2016: 4.)

Suomen ortodoksisen kirkon strategiassa todetaan, että uudistuakseen ja kehittyäkseen kirkko tarvitsee vapaaehtoistyöntekijöiden osaamisen kehittämistä (Kirkon tavoite- ja

toimintasuunnitelma vuosille 2016 – 2020). Helsingin ortodoksisen seurakunnan toiminnassa seurakuntalaiset antavat lahjaksi aikaansa ja osaamistaan yhteiseksi hyväksi. Tämän vuoksi seurakunnassa on aloitettu johdonmukainen vapaaehtoistyön kehittäminen, jotta siitä kiinnostuneiden tekemä työ saataisiin monipuolisemmin täydentämään yleistä seurakuntatyötä. Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa on käynnistetty vapaaehtoistyön kehittämiseksi kaksivuotinen hanke, joka on määrä saada päätökseen vuonna 2017. Tämän jälkeen vapaaehtoistyön tilannetta ja tulevaisuutta arvioidaan uudestaan. (Toiminnan ja talouden suunnitelma vuosille 2015 – 2017: 9.)

Seurakunnan suurin vapaaehtoisten ryhmä on niin sanotut pyhäkkövapaaehtoiset, jotka toimivat kirkkojen yhteydessä erilaisissa tehtävissä, erityisesti jumalanpalvelusten yhteydessä, esimerkiksi kirkkokuoroissa, kirkkojen kaunistamisessa, pappien apuna alttarissa tai vaikkapa kirkkokahvien valmistelussa. Toinen suuri ryhmä on diakonian lähimmäispalvelun vapaaehtoiset sekä diakoniaruokailuissa, merkkipäiväjuhlissa, kerhoissa sekä muissa tapahtumissa avustavat henkilöt. Diakonian lähimmäispalvelu, johon kuuluvat koti- ja laitoskäynnit sekä auttavan puhelimen toiminta, on ollut jo vuosia organisoitua: vapaaehtoistyöntekijöitä rekrytoidaan ja koulutetaan jatkuvasti. Vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa tehdään kirjalliset sopimukset ja sovitaan työn sisällöstä ja yhteisistä pelisäännöistä. Muut vapaaehtoistyötä tekevien ryhmät ovat kasvatustyön – erityisesti nuorisotyön – parissa toimivat nuoret. Tällä hetkellä kehitteillä on tukihenkilöverkoston luominen turvapaikanhakijoille. Eri toimijoilla on erilaiset roolit ja tehtävät. Tavoitteena on lisätä eri toimijoiden välistä vuorovaikutusta ja kehittää yhteistyön eri muotoja. (Aminoff 2015.)

Vapaaehtoistyöntekijät ovat osa laajempaa seurakuntayhteisöä, ja he toimivat tärkeässä tehtävässä seurakunnan vakituisen henkilöstön kanssa. Seurakunnan palkattu henkilöstö on vastuussa vapaaehtoistoiminnasta: perehdyttämisestä, työstä selviytymisestä sekä jaksamisesta. Vapaaehtoistyö ei korvaa ammattityötä, eikä sitä sido samat velvollisuudet ja vastuut. Vapaaehtoistyöntekijöille ei myöskään makseta palkkioita tai palkkaa. Palkkiona on auttamisesta syntyvä hyvä mieli. Vapaaehtoistoiminta on luottamuksellista, ja vapaaehtoinen on vaitiolovelvollinen kaikista kohtaamisistaan asioista. Vapaaehtoisen tulee myös sitoutua siihen, mitä on luvannut tehdä. Vapaaehtoistyöntekijän tulee olla suvaitsevainen ja kohdella kaikkia ihmisiä yhdenvertaisesti. Omista rajoista ja jaksamisesta on pidettävä huoli. Henkilökunnan puoleen tulee aina kääntyä, jos on tarvetta tuelle, neuvonnalle tai avulle. (Aminoff 2016: 10 – 11.)

Jotta seurakunnan vapaaehtoistyöstä kiinnostuneille voidaan tarjota oikeanlaista työtä ja toimintaa voidaan kehittää, on seurakuntalaisten ääni ja toiveet saatava kuuluville. Vapaaehtoistyössä tähdätään nykyisyydestä tulevaisuuteen. Tavoitteena on nykytilan kartoitus. Tämän pohjalta luodaan päämäärät yhteistyössä eri työalojen vastuuhenkilöiden ja seurakunnan johdon kanssa sekä toimet niiden saavuttamiseksi. (Toiminnan ja talouden suunnitelma vuosille 2015 – 2017: 9.)

Yleisesti ottaen seurakunnan vapaaehtoistyön organisoimiseen ja kehittämiseen liittyy monia tarkasteltavia näkökulmia: Mikä on vapaaehtoistoiminnan tavoite lyhyellä ja pitkällä aikajänteellä? Kenelle toiminta halutaan suunnata? Mitkä ovat pääkohderyhmät, millä keinoilla ja menetelmillä tavoitteet saavutetaan? Mitkä ovat toiminnan resurssit? Miten toimintaa kuljettavia prosesseja voidaan kehittää, sekä miten vapaaehtoistyötä arvioidaan? Pitkällä aikajänteellä oleellista on, miten muutokset saadaan osaksi seurakunnan pysyvää toimintakulttuuria ja miten saadaan luotua sellainen ammatillinen ja strukturoitu systeemi, jossa kaikilla on samat säännöt ja toimintamallit mutta yksilöiden vapaus säilyy. (Aminoff 2015.)

Aminoff (2015) kuvaa nykyistä vapaaehtoistyön kokonaistilannetta niin sanotuksi hajautetuksi malliksi, jossa kaikki vapaaehtoistyöhön liittyvät toiminnot ja vastuut ovat liian hajallaan toisistaan. Erityisenä haasteena Aminoff pitää epäselviä valta- ja vastuusuhteita sekä resurssien hukkakäyttöä ja päällekkäisyyksiä. Tavoitteena on hajautetun mallin sijaan luoda niin sanottu keskitetty malli, jossa seurakunnan vapaaehtoistoiminta olisi yhteisesti koordinoitua, hallinnoitua ja resursoitua. Aminoff pitää tärkeänä, että kaikki vapaaehtoistyöntekijät olisivat samanarvoisessa asemassa suhteessa seurakunnan tarjoamaan ohjaukseen. Vapaaehtoistoimintaa pitää johtaa, jolloin toiminnan ja talouden yhdistäminen, toiminnan ja talouden suunnittelu sekä valvonta ja raportointi kattaisivat koko vapaaehtoistoiminnan. Erityisen tärkeää on, että vapaaehtoistoiminnan strategia olisi selkeämmin yhteydessä seurakunnan yleiseen strategiaan. Ennen kuin voidaan lähteä kehittämään ja mainostamaan vapaaehtoistoimintaa seurakuntalaisille, on huolehdittava siitä, että nykyinen toiminta kartoitetaan ja selkiytetään. (Aminoff 2015.)

### 3 Vanhukset ja vapaaehtoistyö

#### 3.1 Vanhukset osana yhteiskuntaamme

Suomessa ihmiset siirtyvät eläkkeelle yleensä noin 65-vuotiaina, joten virallisissa tilastoissa vanhuksiksi kutsutaan 65 vuotta täyttäneitä ja sitä vanhempia henkilöitä. (Sankari – Jyrkämä 2001: 279.) Vanhusten osuus maapallon väestöstä kasvaa jatkuvasti. Kun vuonna 1950 vanhusten osuus oli alle 10 %, vuonna 2000 heitä oli 15 %, ja vuonna 2050 maailmassa arvioidaan elävän enemmän vanhuksia kuin alle 25-vuotiaita. (Punnonen 2012: 229.) Tilastokeskuksen mukaan vuonna 2015 Suomen väestöstä 20,5 % oli yli 65-vuotiaita. Ennusteen mukaan vuonna 2050 Suomessa arvioidaan olevan yli 65-vuotiaita koko väestöstä 27,3 %. (Tilastokeskus 2015.)

Vanhuutta ja ikääntymistä voidaan tarkastella monesta eri näkökulmasta. Sosiaaligerontologinen näkemys on, että vanheneminen on sosiaalista eli että ihminen vanhenee tietynlaisessa yhteiskunnassa tietynlaisen historiallisen ajanjakson aikana vuorovaikutuksessa tiettyjen ihmisten kanssa. Sosiologisesta näkökulmasta tarkasteltuna vanhuudessa ovat keskeistä yhteiskunnalliset rakenteet, instituutiot, perinteet ja tavat, joiden keskellä vanhukset elävät. Ikääntyvä ihminen on aktiivinen toimija, joka omalla toiminnallaan vaikuttaa sekä itseensä että ympäröivään yhteiskuntaan. (Sankari ym. 2001: 271 – 273.)

Vanhusten asema vaihtelee eri yhteiskunnissa. Kehitysmaissa vanhukset ovat vahvasti integroituneina perheisiinsä ja yhteisöihinsä. Heitä kunnioitetaan ikänsä ja viisautensa vuoksi. Yleensä kehitysmaissa vanhukset kuolevat kotona oman yhteisönsä ympäröiminä. Niin sanotuissa kehittyneissä yhteiskunnissa tilanne on erilainen, koska vanhuk-  
sia on paljon ja he elävät pitkään. He aiheuttavat myös yhteiskunnalle runsaasti kustannuksia, koska he asuvat usein laitoksissa tai sairaaloissa. Vanhuksia pidetään usein yleisesti hyödyttöminä, häiritsevinä ja perheidensä hylkääminä. Heitä kohdellaan kuin lapsia ja he kuolevat usein yksin laitoksissa. Vanhuutta pidetään ongelmana. (Kurki 2007: 51 – 52.)

Eliniän pidentyessä vanhusten kotona selviytyminen ja hyvinvoinnin edistäminen kohtaavat entistä enemmän haasteita. Yksinäisyys vaikuttaa hyvin merkittävällä tavalla vanhusten hyvinvointiin ja arjessa selviytymiseen. Yksinäisyyteen kuuluu sosiaalisia,

fyysisiä ja psyykkisiä tekijöitä. Yksinäisyys on aina jokaisen ihmisen henkilökohtainen kokemus. Yksinäisyyden tunne syntyy siitä, kun odotukset ympäristöä ja muita ihmisiä kohtaan eivät toteudu toivotulla tavalla. Vanhus voi myös kokea itsensä yksinäiseksi, vaikka hänellä olisikin muita ihmisiä ympärillä. (Tiilikainen 2006: 9 – 12.) Vanhusten yksinäisyyttä tutkittaessa on havaittu, että he eivät uskalla puhua yksinäisyydestä, koska pelkäävät sillä olevan negatiivisia vaikutuksia heidän sosiaalisiin suhteisiinsa. Vanhukset luulevat tulevansa leimautuvansa, jos he puhuvat yksinäisyydestä. (Uotila 2011: 32.)

Vanhuksista puhuttaessa turvallisuus on yksinäisyyden ohella myös oleellinen käsite. Turvallisuudentunteen lisääminen ja sen takaaminen kaikille kuuluvat ihmisen perusoikeuksiin (Tilvis 2004: 6). Niemelän ja Lahikaisen (2000) mukaan jokaisella vanhuksella on sekä subjektiivinen että objektiivinen käsitys turvallisuudesta. Subjektiivisella tarkoitetaan yksilön sisäistä ja objektiivisella ulkoista kokemusta turvallisuudesta. (Niemelä – Lahikainen 2000: 21.) Turvallisuuteen vaikuttavat vanhuksilla esimerkiksi oma toimintakyky, elämänmuutokset, sairaudet sekä heikentyneet aisti- ja lihastoiminnot. Henkistä turvattomuutta aiheuttaa peruskysymys olemassaolon jatkuvuudesta. Sairaudet ovat yksi keskeisimmistä turvattomuudentunteen aiheuttajista. (Vahtalo 2004: 21 – 22.)

Nopparin ja Tanttisen (2004) mukaan emme voi puhua hyvinvointiyhteiskunnastamme ja vanhuksistamme ilman arvokeskustelua. Evankelis-luterilaisen kirkon entinen arkkipiispa Jukka Paarma on todennut, että perimmäinen kysymys on, minkä arvon annamme omalle hyvinvointiyhteiskunnallemme. Haluammeko tulonsiirroilla varmistaa, että yhteiskunnassamme pidetään huoli kaikista heikoimmista ja niistä, jotka elävät toisten avun varassa? Kyse on ihmisarvon ymmärtämisestä. Paarman mukaan eräät perusarvoistamme ovat joutuneet niin sanotusti ahtaaseen puristukseen, kun ihmisen arvoa on alettu mitata hänen suorituksillaan. Voidaanko enää sanoa, että jokainen ihminen on arvokas riippumatta hänen hyödyllisyydestään tai tehokkuudestaan? Ihmisarvon korostaminen ei liity yksinomaan kristilliseen uskoon, vaan se on yhteistä myös muille uskonnoille. Ihmisarvon keskeisyyttä osoittaa myös se, että se on kirjattu moniin kansainvälisiin sopimuksiin, joista tunnetuimmat ovat YK:n ihmisoikeuksien julistus ja EU:n perusoikeuskirja, jonka mukaan ”Ihmisarvo on loukkaamaton. Sitä on kunnioitettava ja suojeltava”. (Noppari – Tanttinen 2004: 7 – 8.)

### 3.2 Vanhustyö Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa

Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa on lähes 70 työntekijää, joista pappien ja kanttorien jälkeen yksi suurimmista työntekijäryhmistä on diakoniatiimi, jossa työskentelee kuusi diakoniatyöntekijää yhdessä seurakunnan toimessa olevan diakonin johdolla. Tiimin jäsenet ovat kaikki sosiaali- ja terveysalan ammattilaisia. Diakoniatiimi työskentelee erityisesti seurakuntalaisten mutta myös muiden apua tarvitsevien kanssa. Diakoniatyön tarkoituksena on jakaa aineellista, henkistä ja hengellistä apua eniten tarvitseville ja olla erityisesti tukena niille, jotka ovat syystä tai toisesta pudonneet yhteiskunnan avustusjärjestelmien ulkopuolelle. Diakoniatyö on käytännössä kuuntelemista, myötäelämistä sekä käytännön asioissa auttamista. Diakoniatyötä tehdään ihmistä kunnioittavalla tavalla ortodoksiseen ihmiskäsitykseen perustuen. (Tiimisopimus 2011.)

Diakoniatiimin perustehtäviin kuuluvat yleinen diakoniatyö (puhelin- ja käyntipäivystykset, sovitut tapaamiset, perustellut avustukset, yhteistyöverkostot, verkostotapaamiset), vapaaehtoistyön organisointi, vanhustyö (elämää ja elämänlaatua tukeva kerhotoiminta, sairaala-, palvelukoti- ja kotikäynnit), vammaistyö sekä maahanmuuttajatyö (yhteiskuntaan integroiminen). Ortodoksisen kirkon tehtävänä on löytää keinoja ja toimia vanhus-ten, vammaisten, työttömien sekä syrjäytyneiden hyväksi. Kirkon on oltava erityisesti läsnä niille ihmisille, jotka kamppailevat yksinäisyyden ja irrallisuuden kokemuksen kanssa tarjoamalla heille apua, tukea ja yhteisöllisyyttä. (Tiimisopimus 2011.)

Vanhustyö on merkittävä osa diakoniatiimin tekemää työtä. Diakonian vapaaehtoisten lisäksi myös palkatut diakoniatyöntekijät käyvät vanhusten luona kodeissa, sairaaloissa sekä laitoksissa. Yksi näkyvimmistä vanhustyön muodoista on merkkipäiväjuhlat. Diakoniatoimi kutsuu yhdessä seurakunnan kirkkoherran kanssa kaikki yli 65-vuotiaat seurakunnan jäsenet viiden vuoden välein seurakuntasalilla järjestettävään merkkipäiväjuhlaan. Yli 90-vuotiaat saavat kutsun vuosittain. Diakoniatoimi mainostaa toimintaansa Ortodoksiviesti-lehdessä, seurakunnan internetsivuilla sekä eri pyhäkköjen ilmoitustauluilla. Yli 65-vuotiaille vanhuksille lähetetään lisäksi henkilökohtaiset syntymäpäiväonnittelukortit, joiden mukana on muistutus, että he voivat halutessaan olla yhteydessä seurakuntaan, mikäli toivovat jonkun käyvän heidän luonaan. (Tiimisopimus 2011.)

### 3.3 Vanhusten kokemuksia seurakuntatyöstä Suomessa

Saramo (2008) tutki Varsinais-Suomessa eri evankelis-luterilaisten seurakuntien alueella yksin asuvien 80-vuotaiden toiveita seurakunnan toimintaan liittyen. Tutkimuksen tarkoituksena oli kehittää seurakunnan toimintaa. Aineisto kerättiin haastattelemalla noin sataa seurakuntalaista. Lähes 60 % haastateltavista kertoi tuntevansa itsensä ainakin joskus yksinäiseksi. Haastateltavat kertoivat, että mieluisimpia seurakunnan järjestämiä toimintoja olivat jumalanpalvelukset, hartaustilaisuudet, päiväretket, kerhot, työntekijän kotikäynnit ja kuljetukset seurakunnan tilaisuuksiin. Haastatteluun vastanneista 45 % kaipasi kahdenkeskeisiä keskusteluja seurakunnan työntekijän kanssa. Vastaajista 37 % kertoi osallistuvansa seurakunnan järjestämään toimintaan, kun taas 55 % kertoi, ettei ole osallistunut mihinkään toimintaan. (Saramo 2008: 3.)

Hintsasen (2006) tutkimuksessa selvitettiin vanhusten Imatran evankelis-luterilaiseen seurakuntaan kohdistuvia odotuksia. Tutkimuksessa haastateltiin kymmentä 76 – 85 -vuotiasta yksin asuvaa vanhusta. Tulokset osoittivat, että vanhukset olivat yleisesti ottaen tyytyväisiä seurakunnan tarjoamaan toimintaan, vaikka suurin osa heistä ei osallistunut siihen aktiivisesti. Kaikilla vastaajilla oli joitain odotuksia seurakuntaa kohtaan, mutta ei kuitenkaan mitään erityisiä. Seurakunnalta toivottiin henkilökohtaista yhteydenpitoa, jos omat voimat heikentyvät. Mieluisimmiksi toiminnoiksi koettiin jumalanpalvelukset ja ne tilaisuudet, joihin lähetettiin henkilökohtainen kutsu. (Hintsanen 2006: 6.)

Kujalan ja Mäkisen (2014) tutkimuksessa selvitettiin Kokkolan suomenkielisen evankelis-luterilaisen seurakunnan yksinäisten vanhusten tavoittamista seurakunnan diakoniatyön kautta. Tutkimuksen aineisto koottiin kyselylomakkeen avulla seurakunnan 75 vanhuksesta, haastattelemalla kahdeksaa vanhusasiantuntijaa sekä lähettämällä kysely seurakuntalaisille ja haastattelemalla alueen lukuisia diakoniatyöntekijöitä. Tutkimuksen tuloksista selviää, että vanhukset arvostivat eniten seurakunnan järjestämää ryhmätoimintaa, retkiä sekä kotikäyntejä niin papin, diakoniatyöntekijän kuin vapaaehtoistenkin toimesta. Diakoniatyöntekijät pitivät suurimpana tulevaisuuden haasteena vapaaehtoistyön kehittämisen, vapaaehtoisten rekrytoinnin ja kouluttamisen vanhusten kotikäyntejä varten. (Kujala – Mäkinen 2014: 4.)

Paljakka (2015) selvitti kyselytutkimuksen avulla Helsingin ortodoksisen seurakunnan Länsi-Uudenmaan alueella asuvien seurakuntalaisten ajatuksia, osallisuutta ja sitoutu-

neisuutta suhteessa seurakunnan järjestämään toimintaan. Kysely lähetettiin kaikenikäisille seurakuntalaisille. Tuloksista selvisi, että palveluja käyttävien ikärakenne on suurinta yli 65-vuotiailla, hieman yli 50 %. 40 % kaikista vastanneista suhtautui vapaaehtoistyöhön positiivisesti. Tämä on tärkeä tieto Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyön kehittämisen tueksi. Seurakunnan tulevaisuusstrategiassa on nostettu haasteeksi maaseudulla ja haja-asutusalueilla asuvien seurakuntalaisten palvelujen turvaaminen. Palveluja käyttävistä yli puolet toivoi lisäämistä palvelujen tarjontaan. Palveluja käyttäneistä vain noin neljännes oli sitä mieltä, että nykyinen toiminta on riittävää. Kyselytutkimuksen vastausprosentti oli 20. (Paljakka 2015: 6, 39, 54 – 57.)

### 3.4 Vapaaehtoistyön merkitys vanhuksille

Suurten ikäluokkien siirtyminen eläkkeelle, kasvava työvoimapula sosiaali- ja terveysalalla sekä monipuolisten senioripalvelujen suuri kysyntä ovat kuumia puheenaiheita tällä hetkellä yhteiskunnassamme. Ikääntyvän väestön tarpeista on tulossa yksi keskeisimmistä palveluiden ja tuotteiden suunnittelua ohjaavista tekijöistä, ja kansalaisten itsensä osallistuminen vanhuksista huolehtimiseen on nähty yhä tärkeämmäksi tulevaisuuden voimavaraksi. Vapaaehtoistyö vanhusten parissa on jatkuvasti yleistymässä, mutta se ei voi korvata ammattilaisten hoitoa ja apua. (Utriainen 2011: 15.)

Vanhusten vapaaehtoistyötä koskevissa tutkimuksissa on keskitytty pääasiassa vapaaehtoistyötä tekevien näkökulmiin eikä siihen, mitä vapaaehtoistyö tarjoaa ja miten se vaikuttaa avun kohteena oleviin ihmisiin. Äyräväinen ym. (2012) ovat tutkineet, kuinka vanhukset ovat kokeneet saaneensa vastavuoroisuutta vapaaehtoistyöntekijöiltä. Tutkimustulosten mukaan vanhukset kokevat vapaaehtoistyöntekijöiden kanssa asioimisen laajentaneen heidän elämänpiiriään, kohentaneen heidän mielialaansa, kasvattaneen heidän kokemuksiaan omasta ihmisarvostaan sekä mahdollisuuksistaan toteuttaa jokapäiväisiä toimintoja. (Äyräväinen – Lyyra – Lintunen – Rantanen 2012: 178 – 179.)

Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto teki vuonna 2010 kyselyn, joka oli kohdennettu vanhustenhuollon asiantuntijoille sekä liiton sidosryhmien edustajille. Kyselyssä selvitettiin näkemyksiä vanhustenhuollon tulevaisuudesta, kehittämistarpeista sekä vanhusten asemasta yleensä. Tulosten mukaan lähes 70 % vastaajista katsoi, että vanhustenhoidossa tulisi kehittää vapaaehtoistyön eri muotoja. Vastaajat olivat myös sitä mieltä, että



vapaaehtoistyön monimuotoisuus on tärkeämpää kuin sen määrä. Tämä näkemys liittyy vapaaehtoistyön laatuun ja arvostukseen. Vapaaehtoistoiminta on parhaimmillaan myös mitä suurimmassa määrin ennaltaehkäisevää toimintaa. (Utriainen 2011: 24.) Sellaisessa toiminnassa pyritään vaikuttamaan ennakolta niihin tekijöihin, jotka voivat huonontaa vanhusten elinoloja, elämänlaatua ja elämänhallintaa. Ehkäisevän työn tavoitteena on hidastaa ikääntymisprosessin voimavaroja kuluttavia vaikutuksia, torjua sairauksien ja oireiden syntyä sekä edistää vanhusten toimintakykyä. (Häkkinen 2002: 14.)

Tauriainen (2004) selvitti vanhusten kokemuksia vapaaehtoistyöstä. Haastattelut osoittivat, että vanhuksat kokevat tarvitsevansa toisten ihmisten läheisyyttä. Mikäli sukulaisia tai tuttavita ei asu lähellä, voi vapaaehtoistyöntekijöiden merkitys vanhusten arjessa olla korvaamaton. Vanhuksat tarvitsevat ja kaipaavat ympärilleen toisia ihmisiä voidakseen hyvin. Vanhusta lohduttaa jo pelkkä tietoisuus siitä, että joku on tulossa käymään. Vanhuksat tarvitsevat sosiaalista sisältöä elämälleen aivan niin kuin muutkin ihmiset. Vapaaehtoisten kanssa käydyillä keskusteluilla on suuri yksinäisyyden tunnetta vähentävä vaikutus. Vapaaehtoistyöntekijät tuovat vanhusten elämään virikkeellisyyttä ja vuorovaikutusta. (Tauriainen 2004: 22 – 24.)

Toisen selvityksen mukaan vanhuksat arvostavat heidän luonaan käyviä vapaaehtoisia. Vanhuksat ovat kokeneet, että heidän toiveitaan kunnioitetaan ja että vapaaehtoistyöntekijät lieventävät erityisesti yksinäisyyden tunnetta. Vanhusten näkemyksat ovat suhteellisen yhteneväiset keskenään, vaikka jokaisella on toki myös yksilöllisiä tarpeita ja toiveita. (Riipinen 2010: 41.)

### 3.5 Vanhusten hengellinen kohtaaminen vapaaehtoistyössä

Hengellisillä ja uskonnollisilla tekijöillä on tutkitusti vanhusten terveyttä edistäviä vaikutuksia. Pitkäikäisyyden yleistyessä hengelliset arvot ovat nousseet yhä enemmän mukaan yhteiskunnalliseen keskusteluun. Vanhusten elämään liittyviä hengellisiä näkökulmia tulisi tarkastella ja ymmärtää paremmin. (Lavretsky 2010: 749.) Kun kehitämme vanhustyötä, meidän tulisi tulevaisuudessa siis hyödyntää keinoja, kuten uskonnollisuutta ja hengellisyyttä, joilla on tutkitusti positiivisia vaikutuksia vanhusten niin fyysiseen kuin henkiseen terveyteen. Kyse ei ole niinkään korkeamman iän saavuttamisesta vaan henkisestä ja sosiaalisesta tuesta henkisten ja fyysisten asioiden kohtaamisessa ja läpikäymisessä. (Zimmer – Jagger – Chiu – Ofstedal – Rojo – Saito 2016: 373.)

Hengellisyys on tärkeä osa vanhusten identiteettiä. Kristillisen ihmiskuvan mukaan kaikkia ihmisiä tulee kunnioittaa. Vanhustyössä se tarkoittaa sitä, että vanhusten identiteetti kaikkine lähtökohtineen on otettava todesta kaikessa kohtaamisessa. Hengelliset tarpeet tulee nähdä tärkeinä, ja on pyrittävä löytämään sellaiset toimintatavat, joiden avulla vanhuksien uskonnollista todellisuutta voidaan tukea mahdollisimman monella tavalla. Tämä haaste koskettaa hoitotyön ohella erityisesti kirkon työntekijöitä, jotka kohtaavat vanhuksia niin kotikäynneillä ja sairaaloissa kuin seurakunnan muussakin toiminnassa. Kristillisen ihmiskäsityksen mukaan ihminen on jakamaton kokonaisuus. Sielunhoito on osa hoitotyötä, jossa on otettava huomioon ihmisen niin ruumiilliset, psyykkiset, sosiaaliset kuin hengellisetkin tarpeet. (Havukainen – Kanerva 2011: 6 – 10.)

Monissa evankelis-luterilaisen kirkon seurakunnissa ystävä- tai lähimmäispalvelutoimintaa toteuttavat juuri vapaaehtoistyöntekijät, mikä onkin diakoniatyössä tärkein vapaaehtoistoiminnan muoto. Lähimmäispalvelua toteuttavilla vapaaehtoisilla on motiivina kristillisestä rakkaudesta kumpuava halu auttaa ja tukea toisia ihmisiä elämän eri tilanteissa. Vanhusten luona käyminen tarkoittaa käytännössä rinnalla kulkemista ja ystäväinä olemista. Se voi tarkoittaa myös auttamista käytännön asioissa, kuten ulkoilua tai kaupassakäyntiä. Useimmiten se on kuitenkin kuuntelemista ja keskustelemista, läsnä olemista vanhusten arjessa. Vanhusten kanssa keskustellessa muistin aktivoiminen on aina tärkeää. Vuoropuhelun avulla herätetään muistoja, jotka elävät ja ilmenevät vahvoina vanhuksen elämässä. Muisteleminen tukee vanhuksen psykofyysisistä hyvinvointia. Lähimmäisenä toimiminen ei tarkoita sitä, että tarvitsee olla pappi tai muu hengellisen työn ammattilainen. Se ei toisaalta myöskään tarkoita sitä, etteikö vanhuksen kanssa voisi esimerkiksi lukea Raamattua, laulaa hengellisiä lauluja tai keskustella hengellisyyteen liittyvistä asioista. (Havukainen – Kanerva 2011: 24 – 25.)

#### **4 Opinnäytetyön tarkoitus, tavoitteet ja tutkimuskysymykset**

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena oli selvittää kyselyn avulla Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella asuvien yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia ja kehittämisideoita seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta. Kyselyn avulla selvitettiin myös, mitkä tekijät vaikuttavat siihen, että osa 65-vuotiaista ei osallistu mihinkään oman seurakuntansa järjestämään toimintaan. Tavoitteena on kyselyn

tulosten pohjalta tarjota seurakunnalle arvokasta tietoa erityisesti yleisen vapaaehtoistyön ja diakonian vapaaehtoistyön organisoinnin ja kehittämisen tueksi.

Tutkittavaa aihetta lähestyttiin seuraavien tutkimuskysymysten kautta:

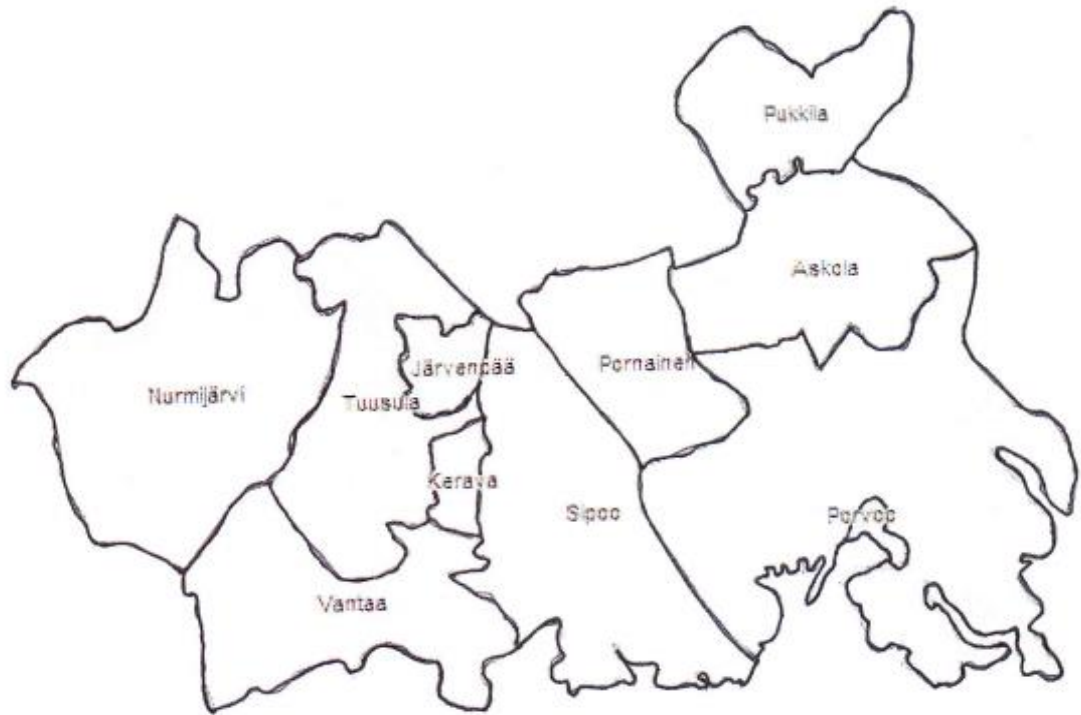
- 1) Minkälaisia kokemuksia yli 65-vuotiailla seurakuntalaisilla on Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta?
- 2) Minkälaisia kehittämisideoita yli 65-vuotiailla seurakuntalaisilla on Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyöstä?
- 3) Mitkä syyt vaikuttavat siihen, että osa yli 65-vuotiaista seurakuntalaisista ei osallistu Helsingin ortodoksisen seurakunnan järjestämään toimintaan?

## **5 Opinnäytetyön empiirinen toteuttaminen**

### **5.1 Tutkimusympäristö**

Helsingin ortodoksinen seurakunta on koko Suomen ortodoksisen kirkon suurin, ja siihen kuuluu noin 20 000 jäsentä. Tämä on kolmannes koko Suomen kaikkiin ortodoksisiin seurakuntiin rekisteröidyistä jäsenistä. Seurakunnan tärkeimmät tehtävät ovat jumalanpalvelusten toimittaminen, sielunhoidolliset tehtävät sekä diakonia- ja kasvatustyö. Helsingin ortodoksinen seurakunta on hyvin monimuotoinen toiminnallisesti, kielellisesti ja maantieteellisestikin. Seurakunnan toiminnallisia keskuksia ovat Helsinki, Itä-Helsinki, Espoo, Vantaa, Keski- ja Itä-Uusimaa sekä Länsi-Uusimaa. Seurakunnan koko toiminta-alueella on 17 pyhäkköä, joista suurin on Uspenskin katedraali Helsingin Katajanokalla. Monikulttuurisuus näkyy seurakunnan toiminnassa voimakkaasti: seurakunnassa puhutaan yli 40 äidinkieltä. (Aminoff 2016: 2.)

Valitsin tämän opinnäytetyön tutkimusympäristöksi seurakunnan itäisen toiminta-alueen (Kuvio 1), johon kuuluvat Vantaan lisäksi yhdeksän kuntaa Keski- ja Itä-Uudeltamaalta. Läntiselle toiminta-alueelle tehtiin vastaavanlainen kyselytutkimus vuonna 2015.



Kuvio 1 Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäiseen toiminta-alueeseen kuuluvat kunnat

## 5.2 Tutkimusmenetelmä

Tutkimusmenetelmä koostuu niistä tavoista ja käytännöistä, joilla tutkittavasta aiheesta kerätään havaintoja. Havaintoja ei lopulta raportoida sellaisenaan, vaan niitä punnitaan kriittisesti, niitä analysoidaan sekä niiden pohjalta luodaan oleellisia näkemyksiä. Metodin eli menetelmien käsite on moniulotteinen. Pääpiirteittäin metodi on sellainen menettelytapa, jonka avulla tieteessä tavoitellaan ja etsitään tietoa tai pyritään selvittämään käytännön ongelmia. Menetelmät ovat tutkijan työssä aina hyvin tärkeässä asemassa. Tutkimuskysymykset ja menetelmät liittyvät olennaisesti toisiinsa. Menetelmä valitaan sen mukaan, minkälaista tietoa haetaan ja keneltä. (Hirsjärvi – Remes – Sajavaara 2010: 182 – 183.)

Tässä opinnäytetyössä mielenkiinto kohdistui yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksiin, ajatuksiin ja kehittämisideoihin. Asiat, jotka tässä opinnäytetyössä kiinnostavat, eivät ole määrällisesti mitattavissa, vaan ne ovat kuvauksia todellisesta ja koetusta elämästä, ja näin ollen tutkimus toteutettiin laadullista menetelmää käyttäen. Laadullisessa eli kvalitatiivisessa tutkimuksessa tutkittava aihe ja siihen liittyvät vastaukset ovat

abstrakteja, mutta aihetta pyritään kuitenkin tutkimaan mahdollisimman elävästi ja kokonaisvaltaisesti. Tässä opinnäytetyössä kerättiin tietoa todellisista tunteista ja kokemuksista. Tutkimuksen tulos muodostui siitä, mikä oli vastaajille tärkeää. Kohderyhmä valittiin tarkoituksenmukaisesti, ja sen jäsenien vastaukset käsiteltiin ainutlaatuisina. Tässä opinnäytetyössä, niin kuin kvalitatiivisessa tutkimuksessa yleensä, oli tavoitteena ymmärtää tutkittavia henkilöitä. (Hirsjärvi ym. 2010: 160 – 181.)

Tämän opinnäytetyön tutkimusmenetelmänä oli kysely. Varsinaisen kyselylomakkeen suunnittelu perustui tutkimuksen tavoitteisiin. Kyselylomakkeeseen sisällytettiin vain sellaiset kysymykset, jotka olivat oleellisia tavoitteiden saavuttamiseksi. Kysymysten asettelu laadittiin siten, että se olisi mahdollisimman yksinkertainen ja helppotajuinen, ja kysely pyrittiin pitämään mahdollisimman lyhyenä, jotta vastaajat jaksaisivat vastata siihen. Kysymyksiä laatiessa pidettiin mielessä, että vastaajat eivät tunne aihetta yhtä hyvin kuin kysymysten laatija. (Ojasalo – Moilanen – Ritalahti 2014: 121 – 131.)

Tämän opinnäytetyön kyselylomakkeessa käytettiin sekä monivalintakysymyksiä että avoimia kysymyksiä. Alkuperäisen suunnitelman mukaan kyselylomakkeen oli määrä sisältää vain avoimia kysymyksiä. Kun aihekokonaisuudet ja niihin liittyvät kysymykset oli kehitetty, päädyin kuitenkin siihen, että kyselyyn oli syytä sisällyttää monivalintakysymyksiä avointen kysymysten tueksi. Saatekirje (Liite 1) ja kyselylomake (Liite 2) laadittiin yhdessä vapaaehtoistyön koordinaattorin Kristiina Aminoffin ja opinnäytetyön ohjaajan Teo Merraksen kanssa. Ehdotuksia ja kommentteja kerättiin myös muutamilta seurakunnan diakoniatyöntekijöiltä.

Avoimissa kysymyksissä esitettiin vain yksi kysymys yhdestä asiasta kerrallaan ja vastaukselle jätettiin tyhjä tila. Monivalintakysymyksissä vastausvaihtoehdot laadittiin valmiiksi, ja vastaaja vastasi niihin annettujen ohjeiden mukaisesti. Monivalintakysymysten viimeinen kohta oli aina avoin vaihtoehto, johon vastaaja pystyi halutessaan vastaamaan omin sanoin, mikäli ei löytänyt sopivaa vaihtoehtoa valmiiksi annetuista vaihtoehdoista. Opinnäytetyön kyselylomakkeessa olleet monivalintakysymykset ovat siis strukturoitujen kysymysten ja avoimien kysymysten välimuoto: avoimen vaihtoehdon avulla yritetään saada esiin näkökulmia, joita tutkija itse ei ole etukäteen osannut ennakoida (Ojasalo ym. 2014: 132.)

Kyselyn ohessa lähetettiin saatekirje, jonka merkitys on erityisen tärkeä kyselytutkimuksen onnistumisen kannalta. Saatekirjeessä tulee selvittää, mistä on kyse, ja sen perusteella vastaaja päättää, osallistuuko hän tutkimukseen vai ei. Saatekirjeessä kerrotaan kyselyn tarkoituksesta ja tärkeydestä, rohkaistaan vastaamaan sekä lopuksi kiitetään vastaamisesta. (Hirsjärvi ym. 2010: 194 – 200.) Tämän kyselylomakkeen saatekirjeestä kävi ilmi opinnäytetyön tarkoitus ja sen tavoite. Siinä kerrottiin myös, että kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista ja että yksittäisen vastaajan henkilöllisyys ei tule olemaan tunnistettavissa opinnäytetyön loppuraportissa.

Kyselyn etuna on nopeus ja suhteellisen vaivaton aineiston kokoaminen, mutta suurimpana ongelmana on kato. Kuinka suureksi kato muodostuu, riippuu vastaajajoukosta ja tutkittavasta aiheesta. Suurelle joukolle lähetetty kyselylomake saavuttaa yleensä parhaimmillaan noin 30 – 40 %:n vastaustuloksen. Kyselylomakkeen ulkomuoto ja kysymysten tarkka suunnittelu tehostavat vastaajien halukkuutta osallistua tutkimukseen. (Hirsjärvi ym. 2010: 192 – 194.)

Kyselytutkimukseen osallistuminen on vapaaehtoista, joten sen heikkoutena voidaan pitää saavutetun tiedon pinnallisuutta ja sitä, ettei pystytä arvioimaan, miten vakavasti vastaajat paneutuvat tutkittavaan aiheeseen. Väärinymmärryksiltä ei myöskään voida välttää, koska ei voida olla varmoja, miten onnistuneita laaditut vastausvaihtoehdot lopulta ovat ja ymmärtävätkö vastaajat kulloisenkin kysymyksen, niin kuin tutkija on sen tarkoittanut. Tutkijan ja vastaajien taustatiedot ja perehtyneisyys tutkittavaan aiheeseen voivat olla myös hyvin poikkeavat, joten kyselylomaketta laatiessaan tutkijalla ei ole sitä tietoa, kuinka selvillä vastaajat ovat itse tutkittavasta aiheesta. Kyselyllä on myös vahvuutensa. Kyselyn avulla tutkija saa itse päättää, mitä tutkittavalta joukolta kysytään ja miten tutkittavaa aihetta lähestytään. Kyselyn avulla voidaan kerätä tietoa suurelta määrältä ihmisiä ja kysyä hyvin monia erilaisia asioita. (Hirsjärvi ym. 2010: 189 – 191.)

### 5.3 Aineiston keruu

Helsingin ortodoksisen seurakunnan kirkkoherra Markku Salminen myönsi luvan tutkimuksen toteuttamista varten helmikuun lopussa 2016. Hain tutkimuslupaa 500:lle seurakuntalaiselle, mutta kirkkoherran ehdotuksesta laajensimme määrää siten, että kohde-ryhmäksi valikoitui seurakunnan itäisellä toiminta-alueella asuvat kaikki yli 65-vuotiaat, yhteensä 962 seurakuntalaista. Kirkkoherran ehdotukseen oli helppo yhtyä, koska näin

meillä oli mahdollisuus levittää tietoa seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta ja seurakuntamme ikäihmiset saivat kokemuksen siitä, että heihin on oltu seurakunnan taholta yhteydessä.

Saatekirjeen ja kyselylomakkeen toimivuutta esiteltiin kahdella Helsingin keskustassa järjestettävän diakoniatöiden seniorikerhon jäsenellä helmikuun viimeisellä viikolla. Esitelluksen perusteella ei ilmennyt tarvetta tehdä muutoksia saatekirjeeseen tai kyselylomakkeeseen. Kaksi esiteltävää lomaketta ovat mukana lopullisessa analysoitavassa aineistossa. Saatekirjeet ja kyselylomakkeet postitettiin seurakunnan toimesta 7.3.2016. Vastausaikaa annettiin maaliskuun loppuun asti, eli aineistoa kerättiin 7.3. – 31.3.2016 välisenä aikana. Saatekirjeessä mainittiin myös, että vastaajat voivat halutessaan antaa vastauksensa suullisesti puhelimitse erikseen mainittuina ajankohdina. Tätä mahdollisuutta ei kukaan käyttänyt.

Opinnäytetyön aihe on hyvin erityinen. Vapaaehtoistyötä on tutkittu runsaasti, mutta tutkimuksissa on pääosin keskitytty itse vapaaehtoistyöhön tai vapaaehtoistyöntekijöiden näkökulmiin, jotka eivät tässä opinnäytetyössä ole kiinnostuksen kohteina. Tämän opinnäytetyön teoreettiseen viitekehykseen otettiin mukaan muita opinnäytetöitä liittyen vanhusten kokemuksiin evankelis-luterilaisen kirkon seurakuntatyöstä Suomessa. Evankelis-luterilaisen kirkon diakonia- ja vapaaehtoistyö muistuttavat käytännössä niin paljon ortodoksisen kirkon vastaavia toimintoja, että näiden opinnäytetöiden käyttö oli perusteltua. Vapaaehtoistyön merkityksestä vanhuksille koottiin tietoa myös muutamista tieteellisistä artikkeleista ja opinnäytetöistä. Ainoa tutkimus, joka liittyi ortodoksiseen kirkkoon, oli Petra Paljakan (2015) edellisvuonna ilmestynyt opinnäytetyö, jossa selvitettiin Länsi-Uusimaalta asuvien seurakuntalaisten kokemuksia Helsingin ortodoksisen seurakunnan palveluista. Tähän opinnäytetyöhön valikoitui mukaan myös kaksi englanninkielistä tieteellistä artikkelia liittyen vanhusten hengellisyyteen. Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyöhön liittyvät tiedot on koottu vapaaehtoistyön koordinaattorin Kristiina Aminoffin muistioista.

## 5.4 Sisällönanalyysi

Sisällönanalyysi on yksi kvalitatiivisen aineiston analyysimenetelmistä, jossa korostetaan tekstin sisällöllisiä ja laadullisia merkityksiä. Laadullisen sisällönanalyysin tavoitteena on saavuttaa systemaattinen ja mahdollisimman kattava kuvaus tutkittavasta aineistosta. Analyysiprosessi on luonteeltaan systemaattista ja koko aineiston kattavaa. Analyysi päättyy vasta sitten, kun tutkittavasta aineistosta ei löydy enää uusia näkökulmia. (Eskola – Suoranta 1998: 186 – 189.)

Sisällönanalyysin avulla on mahdollista tiivistää kyselylomakkeen avokysymysten vastaukset ja kuvata vastauksista esille tulevia aihekokonaisuuksia yleistävästi. Sisällönanalyysin prosessiin kuuluvat aineistoon tutustuminen, aineiston pelkistäminen, aineiston luokittelu ja sen tulkinta sekä luotettavuuden arviointi. Tässä opinnäytetyössä sisällönanalyysi oli induktiivista eli aineistolähtöistä analyysiä. Induktiivisessa analyysissä luokitellaan aiheita niiden teoreettisen merkityksen perusteella, ja sitä ohjaa tutkimuksen ongelmanasettelu. Kategoriat johdetaan siis aineistosta ja tutkimusongelmasta käsin. (Kankkunen – Vehviläinen-Julkunen 2013: 165 – 167.)

Aineistolähtöisessä sisällönanalyysissä pelkistämisen eli redusoimisen avulla selkeytetään ja tiivistetään aineistoa. Toisin sanoen pyritään siis monimuotoisesta ja laajasta aineistosta tunnistamaan rajattu määrä näkökulmia. Havaintoja tiivistetään siten, että pyritään löytämään aineiston eri osissa esiintyviä yhteisiä piirteitä ja nimittäjiä. Luokituksia yhdistellään niin kauan, kuin se on aineiston näkökulmasta katsottuna mahdollista. (Ojasalo ym. 2014: 139 – 140.) Tämän jälkeen aletaan muodostaa ylä- ja alakategorioita, joihin kootaan kyseiset pelkistetyt ilmaisut. Näitä kategorioita yhdistämällä syntyvät lopulta pääkategoriat. (Kankkunen ym. 2013: 169 – 171.)

## 5.5 Aineiston analysointi

Tässä opinnäytetyössä aineiston monivalintakysymykset tallennettiin ja analysoitiin SPSS-ohjelman avulla. Frekvenssijakaumien avulla saatiin vastaukset eriteltynä halutuista kysymyksistä. Seuraavassa taulukossa on kuvattuna frekvenssijakauma vastaajien sukupuolesta (Taulukko 1). Frekvenssijakauma osoittaa, että vastanneista 104 (n = 280) eli 37,1 % oli miehiä ja 174 eli 62,1 % naisia. Vastaajista 2 eli 0,7 % ei



vastannut tähän kysymykseen. Opinnäytetyön tuloksissa prosenttiluvut pyöristettiin lähinnä olevaan täyslukuun.

Taulukko 1 Frekvenssijakauma vastaajien sukupuolesta

		Sukupuoli			
		Frequency	Percent	Valid Percent	Cumulative Percent
Valid	Mies	104	37,1	37,4	37,4
	Nainen	174	62,1	62,6	100,0
	Total	278	99,3	100,0	
Missing	System	2	,7		
Total		280	100,0		

Avoimet kysymykset analysoitiin sisällönanalyysiä käyttäen. Yleiskuvan saamiseksi avoimien kysymysten kaikki vastaukset luettiin ensin läpi kokonaisuudessaan, minkä jälkeen ne kirjoitettiin alkuperäisessä muodossaan samalle lomakkeelle. Sen jälkeen vastaukset jaettiin tutkimuskysymysten mukaan kolmeen osaan. Tämän vaiheen jälkeen alkuperäiset ilmaukset eli vastaukset pelkistettiin siten, että niitä oli helpompi käyttää analyysin seuraavassa vaiheessa. Seuraavaksi on esitetty esimerkki redusoinnista eli alkuperäisen ilmauksen pelkistämisestä (Taulukko 2).

Taulukko 2 Esimerkki aineiston redusoinnista eli pelkistämisestä

Alkuperäinen ilmaus	Pelkistetty ilmaus
<i>"Olisin halunnut osallistua sururyhmään täällä syrjäseudulla. Nyt tuntuu, että en ole saanut paljon muuta toimintaa kuin jumalanpalveluksia"</i>	Toivoisin enemmän toimintaa syrjäseudulle

Pelkistetyt ilmaukset koottiin yhteen, minkä jälkeen ne luokiteltiin ala- ja yläkategorioihin jokaisen pääkategorian eli tutkimuskysymyksen mukaan. Seuraavassa on kuvattuna esimerkki aineiston luokittelusta eri kategorioihin (Taulukko 3).

Taulukko 3 Esimerkki aineiston luokittelusta aineistonanalyysilla

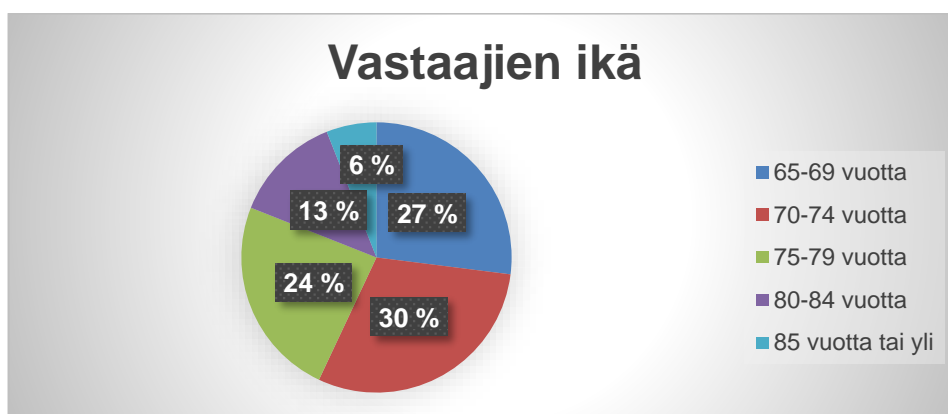
Pelkistetty ilmaus	Alakategoria	Yläkategoria	Pääkategoria
Toivoisin enemmän toimintaa syrjäseudulle	Toiminnan lisääminen syrjäseudulle	Alueellisen tasa-arvon lisääminen	Seurakuntalaisten kehittämisideoita vapaaehtoistyöstä
Toivoisin saavani seurakunnalta henkilökohtaisia kirjeitä	Henkilökohtaisten yhteydenottojen lisääminen	Tiedottamisen kehittäminen	Seurakuntalaisten kehittämisideoita vapaaehtoistyöstä

## 6 Tulokset

### 6.1 Taustatiedot

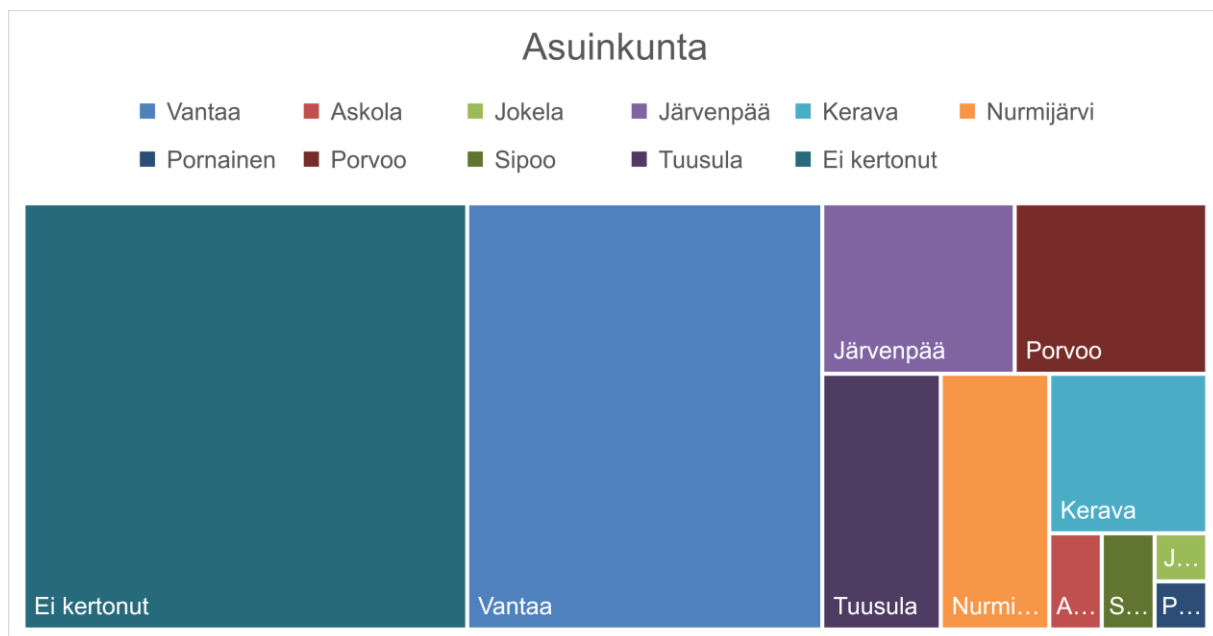
Kyselyyn vastasi 280 seurakuntalaista ( $n = 962$ ) eli 29 % kaikista kyselyn saaneista. Vastauskato oli 682 eli 71 %. Kyselyn taustatieto-osiossa kartoitettiin vastaajien ikä, asuinkunta, sukupuoli ja asumismuoto.

Vastaajista 37 % oli miehiä ja 63 % naisia. 58 % kertoi asuvansa kotona puolison kanssa, 37 % yksin kotona sekä 5 % jossain muualla kuten sairaalassa tai vanhainkodissa. Vastaajista 30 % oli 70 – 74 -vuotiaita, 27 % 65 – 69 -vuotiaita, 24% 75 – 79 -vuotiaita ja loput 80 vuotta tai vanhempia (Kuvio 2).



Kuvio 2 Vastaajien ikäjakauma

38 % vastaajista (n = 280) ilmoitti asuinkuntansa (Kuvio 3). Heistä kolmannes asui Vantaalla. Järvenpäässä, Porvoossa, Keravalla ja Nurmijärvellä kussakin asui noin 5 % vastanneista, ja loput vastaajista sijoittuvat tasaisesti Askolaan, Sipooseen Pornaisiin sekä Jokelaan.



Kuvio 3 Vastaajien asuinkunta

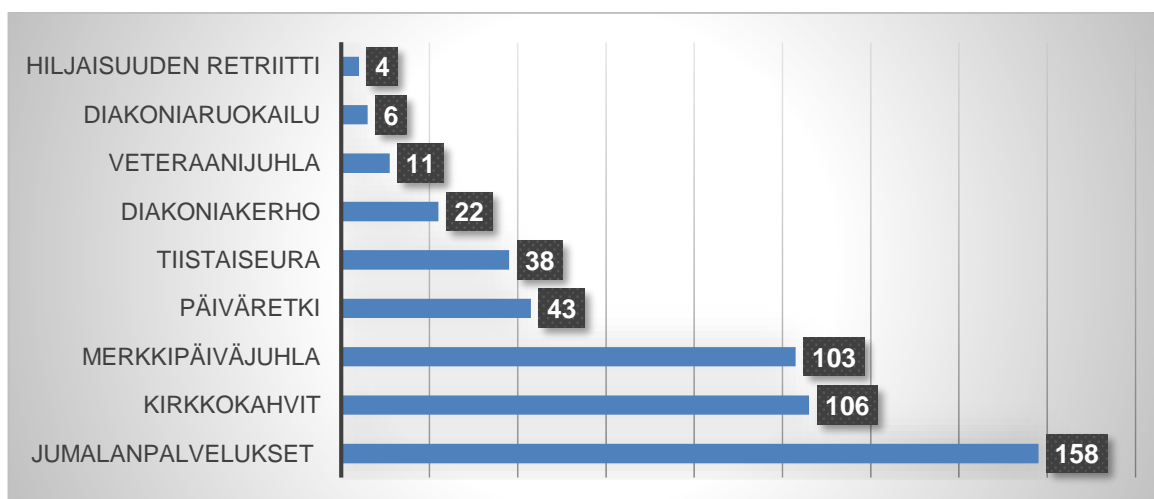
Taustatieto-osion viimeisessä kohdassa tiedusteltiin, ovatko vastaajat osallistuneet jumalanpalveluksiin, seurakunnan järjestämään muuhun toimintaan tai käyttäneet diakoniatöiden palveluita. Vastaajista 183 (n = 280) eli 65 % kertoi osallistuneensa toimintaan, 94 eli 34 % ei ollut osallistunut ja 3 eli 1 % ei vastannut kysymykseen (Taulukko 4). Luvussa 6.4 mainitaan yksityiskohtaisemmin ne syyt, joiden vuoksi osa seurakuntalaisista ei osallistu seurakunnan järjestämään toimintaan.

Taulukko 4 Osallistuminen seurakunnan toimintaan

	Lukumäärä	Prosenttia %
Olen osallistunut	183	65
En ole osallistunut	94	34
Ei vastausta	3	1

## 6.2 Yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta

Kyselylomakkeen B-osion aluksi seurakuntalaisilta kysyttiin, mihin alla olevista toiminnoista he ovat osallistuneet. Kaikki luettelossa mainitut toiminnot ovat sellaisia, joissa työskentelee seurakunnan palkatun henkilökunnan lisäksi huomattava määrä vapaaehtoistyöntekijöitä. Yli puolet kaikista vastaajista ( $n = 158$ ) kertoi osallistuneensa jumalanpalveluksiin, noin sata ( $n = 106$ ) kirkkokahveille. Diakoniatoimen järjestämään merkkipäiväjuhlaan kertoi osallistuneensa niin ikään hieman yli sata seurakuntalaista ( $n = 103$ ). Alla olevassa kuviosta ilmenevät kaikki ne toiminnot, jotka saivat vastaajilta enemmän kuin kolme merkintää (Kuvio 4).



Kuvio 4 Seurakunnan eri toimintoihin osallistuneiden määrä

Tämän jälkeen kysyttiin, minkä yllä olevista toiminnoista he olivat kokeneet mieluisimmaksi ja miksi. Suurin osa tähän kysymykseen vastanneista seurakuntalaisista ( $n = 43$ ) koki mieluisimmaksi toiminnaksi jumalanpalvelukset. Seuraavaksi eniten seurakuntalaiset kertoivat pitävänsä merkkipäiväjuhlasta ( $n = 17$ ) ja kirkkokahveista ( $n = 15$ ). Diakoniatoimen järjestämät kerhot, päiväretket sekä tiistaiseura saivat vastaajilta muutamia mainintoja. Vastaajat eivät perustelleet valintojaan.

Yli 65-vuotialta seurakuntalaisilta kartoitettiin tietoa myös siitä, mistä he ovat löytäneet tarvitsemansa tiedon seurakunnan eri kerhoista ja tapahtumista. Selkeästi suurin osa vastaajista ( $n = 162$ ) kertoi löytäneensä tiedot Ortodoksiviesti-lehdestä. Neljäsosa ( $n = 74$ ) vastaajista löysi tietoa heille lähetetystä henkilökohtaisesta kirjeestä, ja lähes 30

vastaajaa kertoi saaneensa tietoa ystävän tai tuttavien kautta. Kukaan vastaajista ei kertonut löytäneensä tietoa seurakunnan internetsivuilta.

Seurakuntalaisilta kysyttiin, vastaako seurakunnan seniori-ikäisille suunnattu toiminta heidän tarpeitaan ja toiveitaan. Noin puolet (n = 144) kaikista vastaajista vastasi tähän kysymykseen. Heistä 38 % (n = 105) koki toiminnan vastaavan heidän tarpeitaan, ja 14 % (n = 39) koki, että toiminta ei vastannut heidän tarpeitaan (Taulukko 5).

Taulukko 5 Tyytyväisyys seurakunnan seniori-ikäisille suunnattua toimintaa kohtaan

Olen tyytyväinen	105	38 %
En ole tyytyväinen	39	14 %
Ei vastausta	136	48 %

Kyselylomakkeen C-osiossa kysyttiin seurakuntalaisten kokemuksia diakoniatöiden lähimmäispalveluista eli vapaaehtoistyöntekijöiden tekemistä koti- ja laitospöynteistä sekä auttavan puhelimen toiminnasta. Yhdeksän vastaajaa kertoi käyttäneensä diakonian lähimmäispalveluita: kahdeksan kotikäyntejä ja yksi auttavaa puhelinta. Näistä kahdeksasta viisi kertoi, että kokemukset olivat olleet hyviä.

*”Silloin, kun tarvitsin, oikein hyvät kokemukset.”*

*”Hyvin erinomaisia suuren köyhyyteni ja rahattomuuteni takia yksinhuoltajana ulosoton kourissa ollessani. Sain paljon tukea ja apua, mikä vieläkin liikuttaa minua. Kokemukset ovat syviä ja lopunikäisiä.”*

Sen sijaan, että seurakuntalaiset olisivat kertoneet tarkemmin kokemuksistaan, monet vastaajista kertoivat, etteivät ole lainkaan olleet tietoisia tai saaneet riittävästi tietoa kyseisistä palveluista. Muutama vastaaja arvioi, että saattaisi käyttää diakonian lähimmäispalveluita tulevaisuudessa, jos esimerkiksi kunto huononee tai tulee muuten tarvetta.

*”En ole saanut tietoa näiden vapaaehtoisten käytön mahdollisuudesta.”*

*”Aika vähän on ollut tietoa lehdessä. En ole saanut seurakunnalta kirjettä.”*

Yli 65-vuotiailta seurakuntalaisilta kartoitettiin kyselyn C-osiossa tietoa myös siitä, mistä he ovat löytäneet tarvitsemansa tiedon diakonian lähimmäispalveluista. Tässä, kuten

edellisessäkin vastaavassa kysymyksessä, suurin osa vastaajista (n = 110) kertoi löytäneensä tietoa diakonian lähimmäispalveluista Ortodoksiviesti-lehdestä, 28 heille lähetetystä kirjeestä sekä 16 ystävän tai tuttavan välityksellä.

### 6.3 Yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kehittämisideoita Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistoiminnasta

Seurakuntalaisilta kysyttiin, minkälaisia kehittämisideoita heillä on nykyisiin palveluihin ja toimintoihin liittyen sekä minkälaisia tukipalveluja he toivoisivat nykyisten lisäksi. Vastauksissa nousivat esille tiedottamisen kehittäminen, toiminnan kehittäminen sekä alueellisen tasa-arvon kehittäminen (Taulukko 6).

Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella asuvat yli 65-vuotiaat seurakuntalaiset toivoivat seurakunnalta selvästi tehokkaampaa ja täsmällisempää tiedottamista toimintaan ja tukipalveluihin liittyen. Vastaajat kertoivat, että vanhuspalveluista tiedottamiseen tulee panostaa, sillä monet eivät olleet lainkaan tietoisia kyseisistä palveluista. Moni vastaajista kertoi toiveestaan, että seurakunta lähestyisi heitä henkilökohtaisella kirjeellä. Henkilökohtaiset kontaktit seurakunnan palkattujen työntekijöiden taholta koettiin myös tarpeellisiksi ja tärkeiksi. Vanhukset lukevat Ortodoksiviesti-lehteä aktiivisesti, mutta kokevat vaikeaksi löytää sieltä heitä koskevia asioita. Muutamat vastaajat ehdottivat, että seurakunta voisi hyödyntää eri kuntien paikallislehtiä ja muita tiedotuskanavia paremmin. Paikallislehdet ilmestyvät useammin kuin Ortodoksiviesti, ja niiden kautta seurakunta saisi lisää näkyvyyttä etenkin syrjäseudulla. Monet vastaajista harmittelivat, että eivät ole olleet tietoisia seurakunnan lähimmäispalveluista puutteellisen tiedottamisen vuoksi.

Vastaajilla oli ideoita ja toiveita myös toiminnan kehittämiseksi. Erityisesti he toivoivat, että seniori-ikäiset otettaisiin paremmin huomioon toiminnan suunnittelussa ja että seurakunta järjestäisi enemmän heille suunnattua kerhotoimintaa. Retkiä ja matkoja toivottiin myös nykyistä enemmän. Muutamat vastaajista kaipasivat seurakunnalta yhteisöllisyyden kehittämistä. Jotkut kokivat toimintaan osallistumisen pelottavaksi, koska eivät tunne muita seurakuntalaisia. Toivottiin, että seurakunnan työntekijöiden toimesta seurakuntalaiset voitaisiin tutustuttaa aktiivisemmin toisiinsa, jolloin toimintaan osallistuminen olisi mielekkäämpää. Monet vastaajista kertoivat olevansa kiinnostuneita vapaa-

ehtoisten tekemistä koti- ja laitospöynteistä. Sairaaloihin toivottiin myös enemmän käyntejä ja ennen kaikkea paremmin näkyville yhteystietoja, joiden avulla omaiset voisivat pyytää seurakunnan pappeja tai vapaaehtoistyöntekijöitä käymään vanhusten luona. Vastaajat toivoivat kuitenkin enemmän tietoa, miten vapaaehtoistyöntekijöitä rekrytoidaan ja miten vapaaehtoistyöntekijät voivat vanhuksia käytännössä auttaa.

Alueellisen tasa-arvon kehittäminen nousi vahvasti esille kehittämisideoissa. Monet yli 65-vuotiaat seurakuntalaiset kertoivat haluavansa osallistua seurakunnan järjestämään toimintaan nykyistä aktiivisemmin. Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella välimatkat ovat kuitenkin monille liian pitkät ja matkustaminen lähimpään kirkkoon käytännössä liian kallista tai jopa mahdotonta. Tästä johtuen monet vastaajista toivoivat, että seurakunta järjestäisi enemmän toimintaa syrjäseuduilla ja mikä tärkeintä, kuljetusapua niille vanhuksille, jotka eivät pysty itse liikkumaan tai joille julkisen liikenteen käyttäminen on liian kallista ja hankalaa. Monet myös toivoivat, että saisivat saattaja-apua jumalanpalveluksiin ja muihin tapahtumiin, joihin eivät yksin jaksaisivat tai uskalla mennä. Muutamat vastaajat kertoivat, että seurakunnan työntekijöiden näkyvyyden lisääminen syrjäseudulla vahvistaisi yhteenkuuluvuuden tunnetta Helsingin ja syrjäseudun välillä.

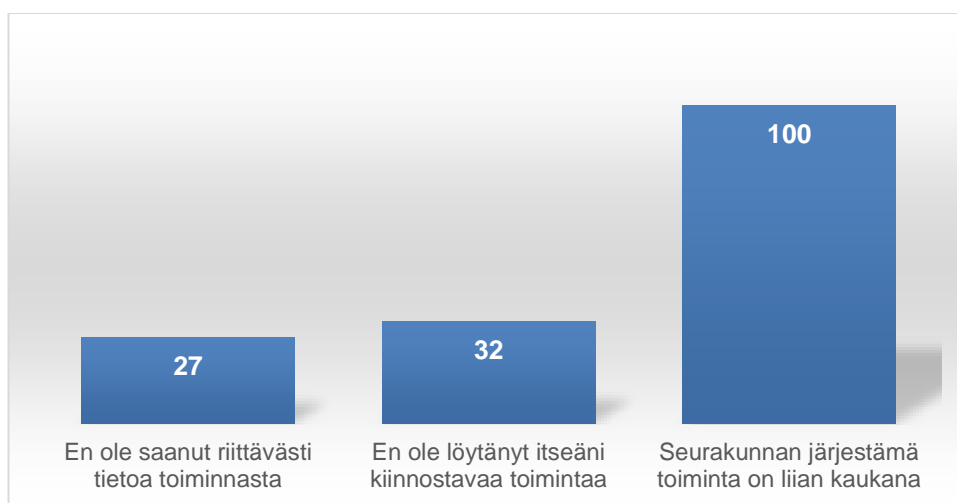
Taulukko 6 Yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kehittämisideoita vapaaehtoistoiminnasta

TIEDOTTAMISEN KEHITTÄMINEN	TOIMINNAN KEHITTÄMINEN	ALUEELLISEN TASA-ARVON KEHITTÄMINEN
<ul style="list-style-type: none"> <li>• Vanhuspalveluista tiedottaminen</li> <li>• Seurakunnan työntekijöiden yhteydenottojen lisääminen</li> <li>• Henkilökohtaisten yhteydenottojen lisääminen</li> <li>• Ortodoksiviestilehden kehittäminen</li> <li>• Paikallislehtien hyödyntäminen</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Seniori-ikäisten huomioiminen toiminnan suunnittelussa</li> <li>• Toiminnan ja tapahtumien lisääminen</li> <li>• Yhteisöllisyyden lisääminen</li> <li>• Koti- ja laitospöyntien lisääminen vanhusten luona</li> <li>• Vapaaehtoisten aktiivisempi rekrytointi</li> </ul>	<ul style="list-style-type: none"> <li>• Toiminnan lisääminen syrjäseudulla</li> <li>• Kuljetuspalvelua ja saattaja-apua kirkkoon ja muihin tapahtumiin</li> <li>• Seurakunnan työntekijöiden näkyvyyden lisääminen syrjäseudulla</li> </ul>

#### 6.4 Syyt, joiden vuoksi osa yli 65-vuotiaista seurakuntalaisista ei osallistu Helsingin ortodoksisen seurakunnan järjestämään toimintaan

Taustatieto-osiossa vastaajilta kysyttiin, ovatko he osallistuneet seurakunnan järjestämään toimintaan. Mikäli eivät, pyydettiin heitä siirtymään kyselyn viimeisellä sivulla olevaan D-osioon. Siinä kysyttiin, miksi seurakuntalaiset eivät ole osallistuneet seurakunnan järjestämään toimintaan. Tähän kysymykseen vastasivat myös monet niistä, jotka muissa kohdissa kertoivat kokemuksistaan ja kehittämisideoistaan.

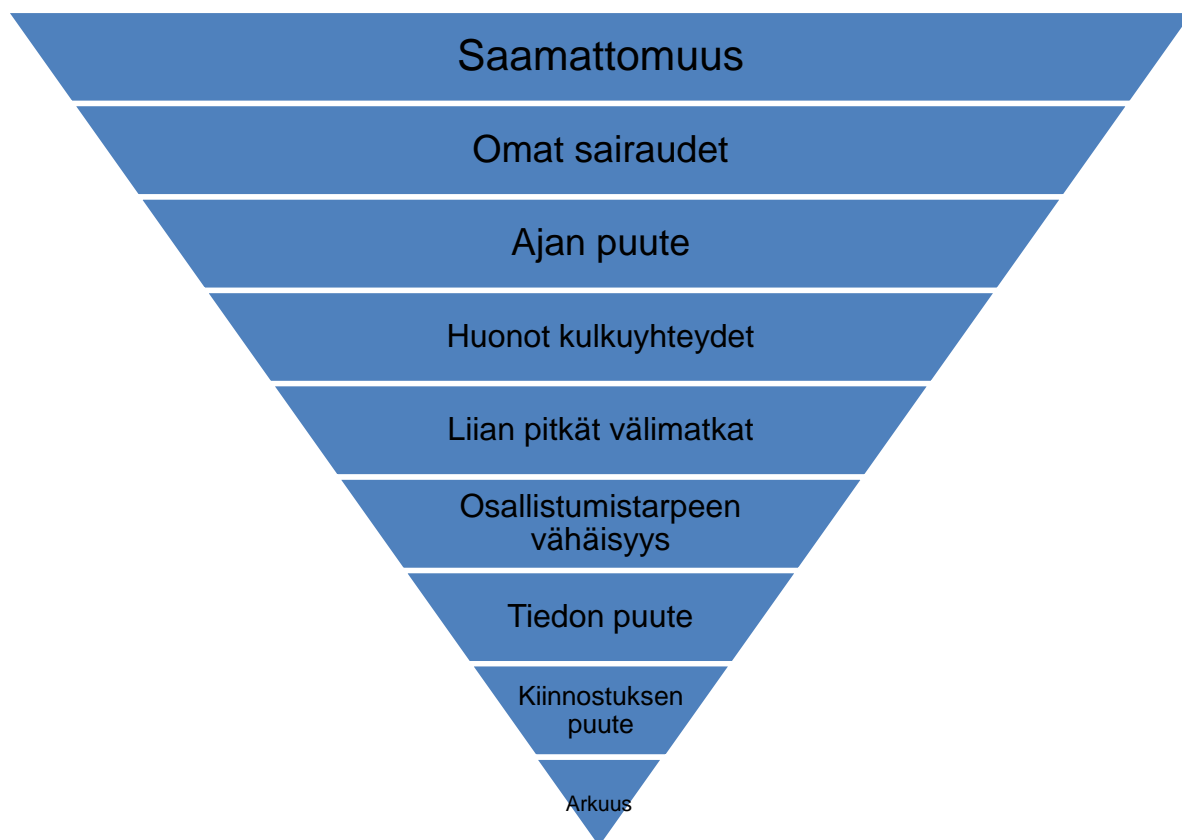
Vastaukset osoittivat, että suurin syy osallistumattomuuteen on liian pitkät välimatkat. 100 vastaajaa kertoi, että seurakunnan järjestämä toiminta on liian kaukana. 32 vastaajaa kertoi, etteivät ole löytäneet itseään kiinnostavaa toimintaa ja 27, etteivät ole saaneet riittävästi tietoa toiminnasta (Kuvio 5).



Kuvio 5 Osallistumattomuuden syyt

Näiden kolmen valmiiksi annetun vaihtoehdon lisäksi vastaajilla oli mahdollisuus kertoa omin sanoin, miksi he eivät ole osallistuneet seurakunnan järjestämään toimintaan. Tämän monivalintakysymyksen viimeiseen avoimeen kohtaan vastasi kaikkiaan 112 seurakuntalaista, joista lähes kaikki vain muutamalla sanalla. Vastauksissa oli paljon samoja aihealueita, joten niistä muodostui 10 selkeää teemaa (Kuvio 6). Kuvio on laadittu niin, että ylimpänä on se teema, johon liittyviä vastauksia oli eniten.





Kuvio 6 Osallistumattomuuden syyt omin sanoin

Suurin osa vastaajista kertoi, että saamattomuus on syynä siihen, etteivät osallistu seurakunnan järjestämään toimintaan. Syyksi kerrottiin myös usein, että omat sairaudet estävät tai hankaloittavat liikkumista ja jaksamista. Ajan puute oli kolmanneksi yleisin syy: työ, harrastukset tai lastenlapsien hoito vievät suurimman osan ajasta eivätkä voimat riitä kirkossa käymiseen tai seurakunnan muuhun toimintaan. Huonot kulkuyhteydet ja pitkät välimatkat nousivat niin ikään useasti esille.

*"Linja-autovuorot ovat erityisesti sunnuntaisin kovin harvat. En yksinkertaisesti pääse millään kirkkoon."*

Muutamasta vastaajista kerroivat, etteivät he ole vielä kokeneet tarvetta osallistua seurakunnan järjestämään toimintaan. Jotkut kertoivat, etteivät yleisesti ottaen kaipaa kirkon läsnäoloa elämäänsä, ja muutama pohti, että osallistuminen saattaa tulevaisuudessa tulla ajankohtaiseksi, jos heidän elämäntilanteensa muuttuu oleellisesti. Muutamasta yksittäisestä vastaajasta kerroivat avoimesti myös puolisonsa sairaudesta, omasta kiinnostuksen puutteesta tai arkuudesta, jotka ovat syynä siihen, etteivät osallistu seurakunnan järjestämään toimintaan.

## 7 Pohdinta

### 7.1 Tulosten tarkastelua

Seurakuntalaisten kokemuksia ja kehittämisideoita Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyöstä kerättiin kyselyn avulla kaikilta yli 65-vuotiailta seurakunnan itäisellä toiminta-alueella asuvilta seurakuntalaisilta (n = 962). Kyselyyn vastasi 280 seurakuntalaista.

Kyselyyn vastanneista 65 % kertoi osallistuneensa jumalanpalveluksiin, seurakunnan järjestämään muuhun toimintaan tai käyttäneensä diakonian palveluita. Seurakuntalaiset kertoivat osallistuneensa eniten jumalanpalveluksiin, kirkkokahveille sekä diakonia-toimen järjestämään merkkipäiväjuhlaan. Myös nämä toiminnot koettiin kaikista mieluisimmiksi toiminnoiksi. Ylivoimaisesti suurin osa vastaajista kertoi löytäneensä tietoa seurakunnan toiminnasta Ortodoksiviesti-lehdestä. Henkilökohtaiset kirjeet koettiin myös hyödyllisiksi. Kukaan vastaajista ei kertonut löytäneensä tietoa seurakunnan internetsivuilta. 38 % kaikista vastaajista kertoi seurakunnan seniori-ikäisille suunnatun toiminnan vastaavan heidän tarpeitaan. 14 % vastaajista puolestaan koki, että toiminta ei vastannut heidän tarpeitaan.

Vastaajista 9 kertoi käyttäneensä diakonian lähimmäispalveluita. Heistä 5 kertoi kokemustensa olleen hyviä. Monet kertoivat diakonian lähimmäispalveluiden kokemuksista kysyttäessä, etteivät he ole olleet lainkaan tietoisia tai etteivät he ole saaneet riittävästi tietoa kyseisistä palveluista.

Yli 65-vuotiailla seurakuntalaisilla oli runsaasti kehittämisideoita vapaaehtoistoiminnasta. Esille nousivat erityisesti tiedottamisen, toiminnan sekä alueellisen tasa-arvon kehittäminen. Vastaajat toivoivat seurakunnalta tehokkaampaa ja täsmällisempää tiedottamista vanhuspalveluihin liittyen. Moni vastaajista toivoi henkilökohtaisia kirjeitä ja suoria yhteydenottoja seurakunnan palkatulta henkilökunnalta. Ortodoksiviesti-lehden sisältöön toivottiin selkeyttä, ja paikallislehtien hyödyntäminen tiedottamisessa koettiin myös varteenotettavaksi vaihtoehdoksi.

Toiminnan kehittämisessä toivottiin vanhusikäisten parempaa huomioimista toiminnan suunnittelussa ja enemmän juuri heille suunnattua kerhotoimintaa. Retkiä ja matkoja

toivottiin myös nykyistä enemmän sekä yhteisöllisyyden tukemista. Monet vastaajista kertoivat olevansa kiinnostuneista vapaaehtoisten tekemistä koti- ja laitospöyryneistä. Sairaaloihin toivottiin myös enemmän käyntejä ja ennen kaikkea yhteystietoja paremmin näkyville, jotta omaiset voisivat pyytää seurakunnan pappeja tai vapaaehtoistyöntekijöitä käymään vanhusten luona. Vastaajat toivoivat muutenkin enemmän tietoa, miten vapaaehtoistyöntekijöitä rekrytoidaan ja miten vapaaehtoistyöntekijät voivat vanhuksia käytännössä auttaa.

Tiedottamisen ja toiminnan kehittämisen lisäksi esille nousi vahvasti alueellisen tasa-arvon kehittäminen. Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella välimatkat ovat monille vanhuksille liian pitkät. Seurakunnan järjestämä toiminta on niin ollen usein liian kaukana ja siksi hankalasti saavutettavaa. Monet vastaajista toivoivat kuljetus- ja saattaja-apua jumalanpalveluksiin ja muihin tapahtumiin. Vastauksissa toivottiin myös seurakunnan työntekijöiden näkyvyyden lisäämistä syrjäseudulla.

Kyselyssä selvitettiin yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemusten ja kehittämisideoiden lisäksi myös syitä, miksi osa seurakuntalaisista ei osallistu seurakunnan järjestämään toimintaan. Vastauksista kävi ilmi, että pitkät välimatkat, saamattomuus, omat sairaudet sekä ajan puute ovat suurimmat syyt siihen, miksi toimintaan ei osallistuta.

Aminoffin (2015) mukaan Helsingin ortodoksisen seurakunnan suurin vapaaehtoisten ryhmä on pyhäkkövapaaehtoiset, jotka toimivat erityisesti jumalanpalveluksissa eri tehtävissä ja kirkkokahvien valmistelussa. Toinen suuri joukko on diakoniatoimen vapaaehtoiset: lähimmäispalvelu, auttava puhelin sekä diakonian muissa toiminnoissa avustavat henkilöt. Tämän opinnäytetyön tulosten mukaan Helsingin ortodoksisen seurakunnan yli 65-vuotiaat seurakuntalaiset kokivat mieluisimmiksi toiminnoiksi jumalanpalvelukset, kirkkokahvit, diakoniatoimen järjestämän merkkipäiväjuhlan, diakoniakerhot sekä retket. Tulosten perusteella voidaan siis todeta, että pyhäkkövapaaehtoisten ja diakonian vapaaehtoisten tekemällä työllä on vaikutusta ja seurakuntalaiset arvostavat sitä. Evankelis-luterilaisen ja ortodoksisen kirkon vanhustyö on toiminnallisesti hyvin samanaista, ja seurakuntalaiset arvostavat samoja asioita. Saramon (2008) tutkimuksessa evankelis-luterilaisen seurakunnan lähes sata haastateltua seurakuntalaista kertoivat niin ikään mieluisimmiksi seurakunnan järjestämistä toiminnoista jumalanpalvelukset, päiväretket ja kerhot.

Alueellisen tasa-arvon kohdalla yksi keskeisimpiä kehittämisideoita tämän opinnäytetyön tulosten valossa oli se, että monet yli 65-vuotiaat seurakuntalaiset kokivat toimintaan osallistumisen hyvin hankalaksi johtuen pitkistä välimatkoista ja huonoista kulkuyhteyksistä. Monet toivoivat kuljetuspalvelua, jotta voisivat osallistua toimintaan. Saramon (2008) tutkimuksesta kävi ilmi, että Varsinais-Suomessa eri evankelis-luterilaisissa seurakunnissa järjestetään iäkkäille seurakuntalaisille kuljetuspalvelua seurakunnan järjestämiin jumalanpalveluksiin ja muihin tapahtumiin, mikä koettiin erittäin positiiviseksi asiaksi.

Paljakka (2015) selvitti kyselyn avulla Helsingin ortodoksisen seurakunnan Länsi-Uudenmaan alueella asuvien kaikenikäisten seurakuntalaisten ajatuksia, osallisuutta ja sitoutuneisuutta suhteessa seurakunnan järjestämään toimintaan. Tuloksista selvisi, että palveluja käyttävien ikärakenne on suurinta yli 65-vuotiaiden keskuudessa. Tämä tieto vahvistaa oman opinnäytetyöni aiheen hyödyllisyyden. 65 % itäisellä toiminta-alueella asuvista yli 65-vuotiaista seurakuntalaisista kertoo osallistuneensa seurakunnan järjestämään toimintaan, mikä on huomattavan suuri määrä.

Tämän opinnäytetyön tuloksissa selvisi myös, että moni vastaaja toivoi henkilökohtaisia kirjeitä ja suoria yhteydenottoja seurakunnan palkatulta henkilökunnalta. Hintsasen (2006) tutkimuksessa, jossa haastateltiin 76 – 85 -vuotiaita yksin asuvia vanhuksia, kerrottiin, että seurakunnalta toivottiin henkilökohtaista yhteydenpitoa. Mieluisimmiksi toiminnoiksi koettiin jumalanpalvelusten ohella ne tilaisuudet, joihin lähetettiin henkilökohtainen kutsu. Useat Helsingin ortodoksisen seurakunnan yli 65-vuotiaat seurakuntalaiset kertoivat löytäneensä tietoa seurakunnan toiminnasta nimenomaan henkilökohtaisista kirjeistä ja odottivat seurakunnan lähettävän niitä jatkossa entistä enemmän.

Tutkimukseni tulosten mukaan seurakuntalaisilla oli varsin vähän kokemuksia diakonia-toimen lähimmäispalveluista eli vapaaehtoistyöntekijöiden tekemistä kotikäynneistä ja auttavasta puhelimesta. Kehittämisideoissa, sekä viestinnän että toiminnan kehittämisessä, nousi kuitenkin useaan otteeseen esille, että kotikäynneille on tarvetta. Erityisesti viestintään toivottiin panostusta. Monet vastaajista eivät olleet koskaan kuulleet kyseisistä palveluista. Vähäinen kokemus lähimmäispalveluista ei siis kerro siitä, etteikö tarvetta olisi, vaan pikemminkin siitä, että Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella tiedotus ei ole ollut riittävää. Vanhus- ja lähimmäispalvelun liitto muistuttaa, että vapaaehtoistoimintaan kannattaa panostaa, koska se on mitä suurim-

massa määrin ennaltaehkäisevää toimintaa (Utriainen 2011: 24). Tarve vapaaehtoistyön, erityisesti vapaaehtoisten kotikäyntien, kehittämiseen tuli ilmi monien seurakuntalaisten vastauksissa tässä opinnäytetyössä.

Vapaaehtoistyön organisoiminen on ollut Helsingin ortodoksisessa seurakunnassa jo pitkään yksittäisten työntekijöiden vastuulla, eikä vapaaehtoistyöstä ole laadittu mitään selkeää kirjallista ohjeistusta. Aminoff (2015) kuvaa nykyistä vapaaehtoistyön kokonaistilannetta niin sanotuksi hajautetuksi malliksi, jossa kaikki vapaaehtoistyöhön liittyvät toiminnot ja vastuut ovat liian hajallaan toisistaan. Tämän opinnäytetyön tuloksista kävi myös ilmi, että seurakuntalaisilla oli monia kehittämisideoita vapaaehtoistyöstä. Aminoff kuitenkin muistuttaa, että ennen kuin voidaan lähteä kehittämään ja mainostamaan vapaaehtoistoimintaa seurakuntalaisille, on huolehdittava siitä, että nykyinen toiminta kartoitetaan ja selkiytetään. Aminoff pitää myös tärkeänä, että kun seurakunta lähtee kehittämään vapaaehtoistoimintaa, täytyy toiminnalla olla selkeät resurssit, ja kaikki toiminta pitää suunnitella huolellisesti, jotta muutokset saadaan osaksi seurakunnan pysyvää toimintakulttuuria.

Sekä Suomen ortodoksisen kirkon strategiassa (Kirkon tavoite- ja toimintasuunnitelma vuosille 2016 – 2020) että Helsingin ortodoksisen seurakunnan niin sanotussa pitkän tähtäimen suunnitelmassa (Toiminnan ja talouden suunnitelma vuosille 2015 – 2017: 9) todetaan, että uudistumiseen ja kehittymiseen tarvitsemme vapaaehtoistyöntekijöiden osaamisen ja koko vapaaehtoistyön johdonmukaista kehittämistä. Seurakunnan luottamuselimet pitävät tärkeänä, että seurakuntalaisten ääni ja toiveet saadaan kuuluville, jotta seurakunnan vapaaehtoistyöstä kiinnostuneille voidaan tarjota oikeanlaista työtä. Toimintaa pitää ja myös voidaan kehittää. (Toiminnan ja talouden suunnitelma vuosille 2015 – 2017: 9.)

## 7.2 Opinnäytetyön eettisyys ja luotettavuus

Tutkijan eettinen vastuullisuus tarkoittaa, että tutkimusaineiston hankinnassa ja tutkimuksen kaikissa vaiheissa ollaan tarkkoja ja rehellisiä. Tutkijan on pystyttävä perustelemaan kaikki tutkimusaihettaan koskevat vaiheet ja valinnat. (Hirsjärvi ym. 2010: 232 – 233.) Tutkimusaihetta valittaessa täytyy olla selvillä, miksi kyseiseen tutkimukseen ryhdytään ja kenen ehdoilla tutkimusaihe valitaan. Tutkimuksen kohteena olevia henkilöitä tulee kohdella hyvin: tutkimukseen osallistumisen täytyy olla vapaaehtoista ja heille tulee kertoa mahdollisimman tarkasti, kuinka tutkimus etenee. Tutkittavien henkilöllisyys

ei saa paljastua tutkimuksen missään vaiheessa, ja tutkittavien tulee olla tietoisia tästä. Aineiston keruun tulee tapahtua luottamuksellisesti, ja aineisto on tallennettava asianmukaisesti. (Eskola ym. 1998: 52 – 59.) Tutkimustulokset tulee julkaista rehellisesti tuloksia kaunistelematta, ja tuloksia tulee arvioida kriittisesti ja pohtia, kenen tuloksista on kulloinkin kysymys. Lopuksi raportointi tehdään huolellisesti ja perustellaan mahdolliset puutteet. Toisten tutkijoiden tekstin plagioiminen on ehdottomasti kiellettyä. Eettisestä näkökulmasta tarkasteltuna jokaisella tutkijalla on tekijänoikeus omaan tekstiinsä, ja muiden on viitattava aina alkuperäisjulkaisuun omissa lähdemerkinnöissään. (Kankkunen ym. 2013: 172 – 174.)

Tämän opinnäytetyöprosessin aikana on pyritty kunnioittamaan tutkimustyön eettisiä sääntöjä sen jokaisessa vaiheessa. Tarve tämän tutkimuksen toteuttamiseen lähti seurakunnasta. Seurakuntalaisten ääni haluttiin saada kuuluville eli toivottiin palautetta, jonka perusteella seurakunta voi jatkossa kehittää toimintaansa. Helsingin ortodoksisen seurakunnan kirkkoherra Markku Salminen oli tietoinen tutkimuksen lähtökohdista sekä tavoitteista, ja hän myönsi tutkimusluvan kyselyn toteuttamista varten. Kyselyn tulokset esiteltiin opinnäytetyöprosessin loppuvaiheessa seurakunnan työntekijöille ja luottamushenkilöille.

Kyselyyn vastaaminen oli seurakuntalaisille vapaaehtoista, mikä kävi ilmi saatekirjeessä. Siinä kerrottiin myös tutkimuksen taustoista. Aineiston keruun, analysoinnin ja raportoinnin aikana pidettiin huoli siitä, ettei kenenkään vastaajan henkilöllisyys paljastu. Kaikki vastaukset tallennettiin ja arkistoitiin asiallisesti. Sisällönanalyysi tehtiin rauhasa ja huolellisesti. Kaikki vastaukset käsiteltiin ainutlaatuisina ja tulosten kirjaamisessa keskityttiin siihen, että tulosten raportointi vastaa mahdollisimman täsmällisesti vastaajien vastauksia. Opinnäytetyön tulokset pyrittiin kuvaamaan lopullisessa kirjallisessa raportissa myös mahdollisimman rehellisesti ja niitä verrattiin tulosten pohdinnassa aikaisempiin vastaaviin tutkimustuloksiin. Pohdinnassa pyrittiin tekemään selväksi, mitkä olivat tutkijan omia mielipiteitä.

Tutkimuseettinen tiedekunta muistuttaa, että tutkimus on eettisesti hyväksyttävää ja luotettavaa ainoastaan silloin, kun tutkija noudattaa yleisesti hyväksyttävä hyvän tieteilisen käytännön pelisääntöjä. Eettisten sääntöjen noudattamisesta vastaa jokainen tutkija itse kaikissa tilanteissa. Myös varsinaisen tutkimusprosessin ulkopuolella tutkija on vastuussa antaessaan kirjallisia tai suullisia lausuntoja sekä muissa vuorovaikutustilanteissa tutkimukseensa liittyen, myös sosiaalisessa mediassa. (TENK 2012: 6 – 7.)

Laadullisessa tutkimuksessa ei voida erottaa sen toteuttamista ja luotettavuutta toisistaan. Yksi tärkeimmistä luotettavuuden kriteereistä onkin tutkija itse ja hänen rehellisyytensä. Luotettavuutta on arvioitava koko tutkimusprosessin ajan. (Vilkkä 2005: 158 – 159.) Luotettavassa tutkimuksessa tutkija kuvaa tarkasti tutkimuksen kaikista vaiheista (Hirsjärvi ym. 2010: 232). Tutkimustekstistä on pystyttävä näkemään, mistä joukosta valinnat tehdään, mitä nämä ratkaisut olivat ja miten tutkija on lopullisiin ratkaisuihin päätenyt. Myös ratkaisujen tarkoituksenmukaisuutta tai toimivuutta tavoitteiden kannalta on arvioitava. Lukijan olisi päädyttävä samaan tulokseen kuin tutkimuksen tekijä. Tätä kutsutaan teoreettiseksi toistettavuudeksi. (Vilkkä 2005: 159 – 160.)

Tutkittava ilmiö oli itselleni hyvin tuttu ja läheinen. Siitä oli tutkimuksen aikana sekä hyötyä että haittaa. Aiheen tuttuuden ansiosta pääsin selvittämään tässä opinnäytetyössä juuri niitä asioita, joista tiesin olevan seurakunnalle hyötyä. Aihe oli kuitenkin niin läheinen, että se saattoi vaikuttaa myös joidenkin oleellisten asioiden huomiotta jäämiseen. Opinnäytetyön jokaisen vaiheen aikana pyrin kuitenkin keräämään tietoa ja kommentteja muilta työntekijöiltä ja alan asiantuntijoilta, jotta näkemykset ja näkökulmat olisivat mahdollisimman monipuolisia.

Kvalitatiivisen tutkimuksen luotettavuuden arviointiin on esitetty myös kriteereitä. Näitä kriteereitä ovat uskottavuus, siirrettävyys, riippuvuus ja vahvistettavuus. Uskottavuus testaa tutkijan omia ennakko-odotuksia ja pohdinnan oikeellisuutta, eli vaikka tutkittava aihe olisi tutkijalle itselle tuttu, on hänen säilyttävä neutraalina tutkimuksen tuloksia kohtaan. Uskottavuus edellyttää myös, että tutkija kuvaa analyysinsä mahdollisimman tarkasti. Siirrettävyys puolestaan viittaa siihen, missä määrin tutkimuksen tulokset voisivat olla siirrettävissä johonkin muuhun tutkimusympäristöön. (Kankkunen ym. 2013: 197 - 198.) Riippuvuus taas tarkoittaa, että tutkimuksessa toteutetaan tieteelliselle tutkimukselle määritellyjä yleisiä periaatteita, vahvistettavuus sitä, että tehdyt tulkinnat saavat tukea muista tutkimuksista (Tuomi ym. 2009: 138).

Tämän opinnäytetyön toteuttaminen oli mielekästä, koska toimintaympäristö ja tutkittava aihe olivat tuttuja. Itselläni oli vahvat ennakkokäsitykset tutkimuksen tuloksista jo ennen vastausten saapumista, joten mitään varsinaisia yllätyksiä ne eivät tarjonneet. Pohdintaa ohjasivat voimakkaasti oma työkokemus ja käsitykset vapaaehtoistyöstä, jotka ovat muodostuneet oman kokemuksen kautta. Pyrin lisäämään tutkimuksen luotettavuutta

kertomalla tuloksista mahdollisimman monelle seurakuntamme työntekijälle ja luottamushenkilölle, joiden kanssa yhdessä pohdimme tuloksia sekä keskustelimme niiden vaikutuksista seurakunnan toimintaan.

Vaikka Helsingin ortodoksinen seurakunta on Suomen muihin ortodoksisiin seurakuntiin verrattuna väkimäärältään moninkertainen, on maamme kaikille seurakunnille yhteistä niiden laaja maantieteellinen koko. Maakuntaseurakunnissa painitaan samojen haasteiden kanssa kuin Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella: seurakuntalaisilla on usein liian pitkä matka kirkkoon ja vapaaehtoistoiminnalle on tarvetta, mutta sen organisoimiseen ei tahdo riittää resursseja. Tutkittua tietoa ei tästä aiheesta ole, mutta tämä on vahva käsitykseni vuosien työkokemuksen pohjalta. On siis hyvin todennäköistä, että tämän tutkimuksen tulokset ovat siirrettävissä johonkin muuhun tutkimusympäristöön. Vahvistettavuutta puolestaan tukee se, että aikaisemmin tehdyt vastaavanlaiset tutkimukset kertovat samansuuntaisista tuloksista ja havainnoista.

Tutkija joutuu pohtimaan omia ratkaisujaan kaikissa tutkimuksen eri vaiheissa ja siten ottamaan kantaa tutkimuksensa luotettavuuteen. Teoreettisten määrittelyjen on oltava sopusoinnussa keskenään, jotta voidaan osoittaa tutkimuksen sisäinen validiteetti. Tulosten on johduttava vain asetelmasta, ei muista sekoittavista tekijöistä. Ulkoinen validiteetti puolestaan edellyttää, että tulkintojen ja aineiston välinen suhde on pätevä. (Eskola ym. 1998: 210 – 214.).

Tämän opinnäytetyön teoreettisen viitekehyksen luominen oli haasteellista, koska kyseisestä aiheesta ei löytynyt juurikaan sellaista tietoa, joka olisi palvellut tätä tutkimusta. Vapaaehtoistyötä on tutkittu runsaasti, mutta harvoin asiakkaan, saatikka seurakuntalaisen näkökulmasta. Vastaavia seurakuntalaisiin liittyviä tutkimuksia on kuitenkin tehty muutamia evankelis-luterilaisissa seurakunnissa. Näiden tutkimusten tuloksia verrattiin tämän opinnäytetyön tuloksiin.

Kvalitatiivisessa tutkimuksessa luotettavuuden arvioinnissa on tärkeää, että lukija pystyy seuraamaan tutkijan päättelyä ja että kaikki vaiheet on selitetty mahdollisimman johdonmukaisesti (Uusitalo 1999: 82). Tutkimustekstistä on siis pystyttävä näkemään, mistä joukosta valinnat tehdään, mitä nämä ratkaisut olivat ja miten tutkija on lopullisiin ratkaisuihin päätenyt. On arvioitava myös ratkaisujen tarkoituksenmukaisuutta ja toimivuutta tavoitteiden kannalta. Yksi laadullisen tutkimuksen luotettavuuden kriteeri on tutkija itse ja hänen rehellisyytensä. (Vilkkä 2005: 158 – 160.)



Tutkijana pyrin olemaan mahdollisimman johdonmukainen tutkimuksen kaikissa vaiheissa. Vaikka opinnäytetyöprosessin aikana päädyin muutamiin muutoksiin, kuten esimerkiksi tutkimuksen kohderyhmän kasvattamiseen viidestäsadasta lähes tuhanteen, harkitsin kyseiset muutokset tarkasti ja keskustelin niistä muiden asiaa tuntevien ihmisten kanssa. Pyrin joka vaiheessa olemaan rehellinen ja olin valmis luopumaan omista ideoistani, mikäli sain niihin hyvät perustelut muilta.

### 7.3 Johtopäätökset ja kehittämis ehdotukset

Vastauksia oli määrällisesti paljon. Vastausprosenttiin (29 %) voi olla tyytyväinen, kun ottaa huomioon ikäryhmän ja sen, että tutkittava aihe saattoi olla monelle seurakuntalaiselle tuntematon ja etäinen. Kyselylomake oli pitkä ja siinä oli monta kysymystä. Tämä saattoi vaikuttaa siihen, että suurin osa vastaajista vastasi vain muutamaan kysymykseen. Kukaan vastaajista ei vastannut kyselylomakkeen kaikkiin kysymyksiin. Huomionarvoista on, että niin moni yli 65-vuotias seurakuntalainen halusi palauttaa kyselyn, vaikka oli vastannut vain yhteen tai kahteen kohtaan. Tämä on mielestäni osoitus siitä, että he haluavat vaikuttaa ja saada äänensä kuuluville.

Helsingin ortodoksinen seurakunta on maantieteellisesti laaja. Tämän opinnäytetyön tulokset kertovat itäisen toiminta-alueen yli 65-vuotiaisen seurakuntalaisten kokemuksista ja kehittämisideoista. On tärkeää huomioida, että itäinen tutkimusalue on kaukana seurakunnan keskuksesta Helsingistä, jossa toiminta on monin tavoin aktiivisempaa. Näin ollen tämän opinnäytetyön tuloksista puhuttaessa emme voi puhua yleisesti Helsingin ortodoksisesta seurakunnasta, vaan nimenomaan sen itäisestä toiminta-alueesta.

Seurakunta sai vastauksista paljon informaatiota vapaaehtoistoimintansa kehittämisen tueksi. Kyselyn kaikki vastaukset ovat yhtä tärkeitä ja arvokkaita. Seurakunnan tehtäväksi jää arvioida, mitkä yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kehittämisideoista ovat sellaisia, joihin seurakunnalla on resursseja ja intressejä puuttua. Mikäli seurakunta kaipaa syvällisempää tietoa seurakuntalaisten kokemuksista ja kehittämisideoista, haastattelut voisivat olla tähän hyvä ratkaisu. Seurakunnan kannalta tuloksissa ei ilmenyt mitään uutta tai yllättävää. Se ei kuitenkaan tarkoita, etteikö seurakunnan kannattaisi ryhtyä toimeen tämän tutkimuksen tuloksista nousseiden asioiden eteenpäin viemiseksi.

Tiedottamiseen liittyvät haasteet ovat usein esillä eri organisaatioissa. Tämän opinnäytetyön tulokset osoittavat, että myös Helsingin ortodoksisen seurakunnan tulisi panostaa tiedottamiseen nykyistä paremmin ja tehokkaammin. Yli 65-vuotiaat seurakuntalaiset kertoivat, että Ortodoksiviesti-lehdestä on vaikea löytää tietoa, mutta he eivät kuitenkaan antaneet ideoita asian parantamiseksi. Lehden toimitus voisi halutessaan selvittää haastattelemalla lehden lukijoita, kuinka vanhusikäisille suunnatut kirjoitukset ja ilmoitukset palvelisivat heitä nykyistä paremmin. Kyselyn vastausten perusteella seurakunta voisi myös pohtia paikallislehtien nykyistä tehokkaampaa hyödyntämistä. Paikallislehdet ilmestyvät Ortodoksiviesti-lehteä useammin, joten niiden avulla saataisiin tiedotettua ajankohtaisista asioista tehokkaammin. Mielenkiintoinen yksityiskohta vastauksissa oli, että kukaan vastaajista ei kertonut etsineensä tai löytäneensä tietoa seurakunnan internetsivuilta.

Opinnäytetyön tuloksista kävi myös ilmi, että yli 65-vuotiaat toivoivat seurakunnaltaan henkilökohtaisia yhteydenottoja. Henkilökohtaisten kirjeiden lähettäminen maksaa, mutta tämän tutkimuksen mukaan se olisi perusteltua. Helsingin ortodoksisen seurakunnan diakoniatoimi lähettää yli 65-vuotiaille seurakuntalaisille merkkipäiväjuhlakutsut postitse. Samaan kirjekuoreen voisi helposti lisätä muutakin informaatiota.

Seurakuntatyössä puhutaan jatkuvasti niin sanotusta etsivästä työstä. Seurakunnan vanhustyössä se tarkoittaa sitä, että yrittäisimme löytää ne vanhukset, jotka eivät syystä tai toisesta pysty osallistumaan omien seurakuntiansa järjestämään toimintaan. Tiedottamisella on suuri merkitys, sillä sen avulla apua tarvitsevat vanhukset ja heidän omaisensa saavat yhteyden seurakuntaan. Vapaaehtoistyöntekijöiden hyödyntäminen seurakuntatyössä, erityisesti koti- ja laitospäynteissä, on tärkeää. (Havukainen – Litmanen – Nummela – Viitanen 2010: 10 – 11.) Tämän opinnäytetyön vastausten perusteella voimme todeta, että Helsingin ortodoksisen seurakunnan itäisellä toiminta-alueella ehkä suurimpana haasteena on juuri etsivä seurakuntatyö. Monet seurakunnan yli 65-vuotiaat jäsenet tarvitsevat ulkopuolista apua voidakseen osallistua jumalanpalveluksiin ja seurakunnan muuhun toimintaan. Evankelis-luterilaisen kirkon puolella joissakin seurakunnissa on käytössä vanhuksille suunnattuja kuljetuspalveluita, joista on saatu positiivista palautetta seurakuntalaisilta.

Alun alkaen oman ideani täksi opinnäytetyöksi oli luoda ja kehittää vapaaehtoistyöntekijöistä koostuva vanhusten kuljetuspalvelu seurakunnan itäiselle toiminta-alueelle.

Päätimme kuitenkin yhdessä ohjaajani pastori Teo Merraksen kanssa, että ennen tällaisen mahdollisen kuljetuspalvelun luomista tulee selvittää, onko sille ylipäänsä tarvetta. Tämän opinnäytetyön kyselyn vastausten perusteella voidaan todeta, että tällaisen kuljetuspalvelun kehittäminen voisi olla yksi varteenotettava jatkokehittämishanke. Vapaaehtoistyön koordinaattorin on kuitenkin syytä arvioida, onko se nykyisillä resursseilla mahdollista.

Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistyötä ollaan kehittämässä tällä hetkellä näkyvästi vapaaehtoistyön koordinaattorin Kristiina Aminoffin johdolla. Tämä opinnäytetyö toimii osana tätä kehittämistyön kokonaisuutta. Aminoff on luomassa vapaaehtoistoiminnan strategiamallia, jonka tarkoituksena on luoda seurakunnan käyttöön vapaaehtoistoiminnan strategiaproessin kuvaus sekä selkeyttää vapaaehtoistoiminnan johtamista. Aminoffin tehtäväksi jää arvioida, kuinka tämän opinnäytetyön tuloksia voidaan käyttää koko seurakuntaa koskevassa vapaaehtoistyön strategiamallin kehittämässä.

Toiminnan kehittämiseksi seurakuntalaisilta tuli runsaasti kehittämis ehdotuksia. Suurin osa ehdotuksista liittyi jo olemassa oleviin toimintamuotoihin. Seurakunnan näkökulmasta katsottuna toiminnan kehittäminen saatikka toiminnan lisääminen ei kuitenkaan ole järkevää itäisellä toiminta-alueella, mikäli seurakuntalaisilla ei ole mahdollisuutta osallistua toimintaan pitkien etäisyyksien ja hankalien kulkuyhteyksien vuoksi. Aminoff painottaa, että kun puhumme vapaaehtoistoiminnan kehittämisestä, toiminta tulee suhteuttaa olemassa oleviin resursseihin. Seurakunnan kannattaa siis tarkkaan harkita, mihin kehittämistoimiin sen resurssit riittävät.

Seurakunta tarkoittaa yhteisöä, joka muodostuu jokaisesta sen jäsenestä: myös niistä jäsenistä, jotka eivät syystä tai toisesta pääse osallistumaan jumalanpalveluksiin tai muuhun toimintaan. Mikäli seurakuntalaiset eivät pääse kirkkoon, täytyy kirkon mennä seurakuntalaisten luo.

## Lähteet

Aminoff, Kristiina 2015. Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoistoiminnan kehittäminen. Muistio. Luettu 12.8.2016.

Aminoff, Kristiina 2016. Tervetuloa Helsingin ortodoksisen seurakunnan vapaaehtoiseksi. Vapaaehtoistyön opas.

Colliander, Sergius 2015. Auttajan polku, ortodoksisen lähimmäisavun opas. Uusi-Valamo: Pyhän Sergein ja Hermanin veljeskunta.

Eskola, Jari – Suoranta, Juha 1998. Johdatus laadulliseen tutkimukseen. Tampere: Vastapaino.

Havukainen, Ellen – Kanerva, Marjaana 2011. Vanhusten ja muistisairaiden hengellinen kohtaaminen. Vaasa: Kirkkopalvelut / Koulutuskeskus Agricola.

Havukainen, Ellen – Litmanen, Pirjo – Nummela, Irene – Viitanen, Helena 2010. Diakoninen kotikäyntityö. Tukea ja rohkaisua vanhusten parissa tehtävään kotikäyntityöhön. Helsinki: Kyriiri Oy.

Hiilamo, Heikki – Hiilamo, Kirsi 2007. Apua? Lähimmäisyyden perusteet. Jyväskylä: Gummerus Kirjapaino Oy.

Hintsanen, Maija 2006. Imatralaisten vanhusten seurakuntaan kohdistuvia odotuksia. ”Ne seurakunnan ovethan on meille kaikille auki.” Opinnäytetyö. Pieksämäki: Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Hirsjärvi, Sirkka – Remes, Pirkko – Sajavaara, Paula 2010. Tutki ja kirjoita. 15. – 16. Painos. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Häkkinen, Hannele 2002. Ehkäisevät kotikäynnit vanhuksille. Helsinki: Suomen kuntaliitto.

Hämäläinen, Timo 2013. Towards a sustainable well-being society. Helsinki: Sitra.

Sankari – Jyrkämä (toim.) 2001. Lapsuudesta vanhuuteen: iän sosiologiaa. Tampere: Vastapaino.

Kankkunen, Päivi - Vehviläinen-Julkunen, Katri 2013. Tutkimus hoitotieteessä. 3. painos. Helsinki: Sanoma Pro Oy.

Kirkon tavoite- ja toimintasuunnitelma vuosille 2016 – 2020. Suomen ortodoksinen kirkko. [https://www.ort.fi/virallisia\\_asiakirjoja/kirkon-tavoite-ja-toimintasuunnitelma-vuosi-2016-2020](https://www.ort.fi/virallisia_asiakirjoja/kirkon-tavoite-ja-toimintasuunnitelma-vuosi-2016-2020) Luettu 28.9.2016.

Kujala, Jouni – Mäkinen, Vilho 2014. Yksinäisten vanhusten tavoittaminen diakoniatyön kautta. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Pieksämäki.

Kurki, Leena 2007. Innostava vanhuus. Anjalankoski: Solver palvelut Oy.

Laasanen, Juhani 2011. Vapaaehtoistyön kansantaloudelliset vaikutukset. Helsinki: Helsingin yliopisto, Raportteja 70.

Lavretsky, Helen 2010. Spirituality and ageing. Aging health 6 / 2010, s. 749 – 769.

Mykkänen-Hänninen, Riitta 2007. Vapaaehtoistyön rajapinnoilla. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia, Helsinki. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadian julkaisuja. Sarja B, Oppimateriaalit 6.

Niemelä, Pauli – Lahikainen, Anja-Riitta 2000. Inhimillinen turvallisuus. Tampere: Vastapaino.

Nylund, Marianne – Yeung, Anne Birgitta 2005. Vapaaehtoistoiminta. Anti, arvot ja osallisuus. Jyväskylä: Gummerus kirjapaino Oy.

Noppari, Eija – Tanttinen, Marja-Terttu (toim.) 2004. Arvokas vanhuus ja vanhustyön arvostus. Diakonia-ammattikorkeakoulun julkaisuja B, raportteja 23.

Ojasalo, Katri – Moilanen, Teemu – Ritalahti, Jarmo 2014. Kehittämistyön menetelmät: uudenlaista osaamista liiketoimintaan. Helsinki: WSOYpro.

Paljakka, Petra 2015. Seurakuntalaisten kokemuksia palveluista. Kyselytutkimus Helsingin ortodoksisen seurakunnan jäsenille. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu.

Pruuki, Heli (toim.) 2008. Muuta maailmaa. Hämeenlinna: Karisto.

Punnonen, Reijo 2012. Vuosia elämään. Hyvinvointiin ja elinikään vaikuttavia tekijöitä. Jyväskylä: PS-kustannus.

Rasila, Ritva (toim.) 2007. Monta tahtoa, yhteinen suunta. Jyväskylä: Gummerus.

Riipinen, Anniina 2010. ”Aattelo, että en mää ookkaan yksin” – Ikääntyneiden kokemuksia vapaaehtoisesta ystävästä. Opinnäytetyö. Keski-Pohjanmaan ammattikorkeakoulu.

Saramo, Sanna 2008. Yksin asuvien 80-vuotiaiden toiveita ja odotuksia seurakunta kohtaan. Opinnäytetyö. Diakonia-ammattikorkeakoulu, Diak Etelä, Helsinki.

Tauriainen, Maarit 2004. Opinnäytetyö: Kunpa joku olisi ovella - vapaaehtoistyön merkitys vanhukselle. Helsingin ammattikorkeakoulu Stadia, sosiaalialan koulutusohjelma.

Tiilikainen, Pirjo 2006. Vanhuusiän yksinäisyys. Seuruututkimus emotionaalista ja sosiaalista yksinäisyyttä määrittävistä tekijöistä. Väitöskirja. Jyväskylän yliopisto. Liikunta-ja terveystieteiden tiedekunta.

Tiimisopimus 2011. Helsingin ortodoksisen seurakunnan diakoniatiiimin tiimisopimus.

Tilastokeskus 2015. [http://tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk\\_vaesto.html](http://tilastokeskus.fi/tup/suoluk/suoluk_vaesto.html). Luettu 6.9.2016

Tilvis, Reijo 2004. Kuinka turvalliseksi vanhukset kokevat elämänsä. Geriatria. Helsinki: Duodecim.

TENK – Tutkimuseettinen neuvottelukunta 2012. [http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK\\_ohje\\_2012.pdf](http://www.tenk.fi/sites/tenk.fi/files/HTK_ohje_2012.pdf) Luettu 7.9.2016

Toiminnan ja talouden suunnitelma vuosille 2015 – 2017. Helsingin ortodoksinen seurakunta. Hyväksytty seurakunnan valtuuston kokouksessa 12.11.2014. Luettu 2.5.2016.

Tuomi, Jouni – Sarajärvi, Anneli 2009. Laadullinen tutkimus ja sisällönanalyysi. Helsinki: Tammi.

Utriainen, Jarkko (toim.) 2011. Vapaaehtoisuus vanhustenhuollon voimavarana. Kehittyvät vanhuspalvelut julkaisuja 1/2011.

Uotila, Hanna 2011. Vanhuus ja yksinäisyys. Tutkimus iäkkäiden ihmisten yksinäisyyskokemuksista, niiden merkityksistä ja tulkinnoista. Akateeminen väitöskirja, Tampereen yliopisto, terveystieteiden yksikkö. Pirkanmaan sairaanhoitopiiri. Tampere 2011.

Vahtola, Maria 2004. Hyvinvointiranneke. Kotona asuvien vanhusten ja heidän omaistensa näkökulma. Pro gradu -tutkielma. Oulun yliopisto.

Vilkkä, Hanna 2005. Tutki ja kehitä. Helsinki: Kustannusosakeyhtiö Tammi.

Zimmer, Zachary – Jagger, Carol – Chiu, Chi-Tsun – Ofstedal, Mary Beth – Rojo, Florencia – Saito, Yasuhiko 2016. Spirituality, religiosity, aging and health in global perspective: Review article. Population health 2/2016, s. 373 – 381.

Äyräväinen, Irma – Lyyra, Tiina-Mari – Lintunen, Taru – Rantanen, Taina 2012. Vastavuoroisuus ikääntyneiden ihmisten vapaaehtoistyössä apua saaneiden henkilöiden kokemana. Gerontologia, artikkelit 26 (3), 2012.

## Saatekirje

Arvoisa seurakuntalainen

7.3.2016

Olen Helsingin ortodoksisen seurakunnan diakoniatyöntekijä. Tällä hetkellä olen opintovapaalla ja teen sosiaali- ja terveysalan johtamisen opintoihin liittyvää opinnäytetyötä.

Tämän opinnäytetyön tarkoituksena on kartoittaa seurakuntamme itäisellä toiminta-alueella asuvien yli 65-vuotiaiden seurakuntalaisten kokemuksia, ajatuksia ja kehittämisideoita seurakuntamme vapaaehtoistyöstä. Vastaamalla tähän kyselyyn annatte seurakunnalle paljon arvokasta tietoa ja apua vapaaehtoistyön organisoinnin ja kehittämisen tueksi. Jokaisen vastaus on tärkeä.

Kirjeen mukana on vastauskuori, jolla voitte maksutta lähettää täytetyn kyselylomakkeen takaisin seurakuntaan.

**Kyselyyn vastaaminen on vapaaehtoista.** Vastaaminen tapahtuu nimettömästi, ja kaikki vastaukset käsitellään luottamuksellisesti. Yksittäistä vastaajaa ei voi tunnistaa lopullisesta tutkimusraportista.

Seurakuntamme kirkkoherra isä Markku Salminen on myöntänyt tutkimusluvan tämän kyselyn toteuttamista varten. Metropolian ammattikorkeakoulussa työtä ohjaa yliopettaja Anne Nikula ja seurakunnassa isä Teo Merras.

**Vastausaikaa on 31.3.2016 asti.**

Voitte halutessanne antaa vastaukset myös suullisesti soittamalla allekirjoittaneelle numeroon **040 357 3981** maanantaina 14.3. tai maanantaina 21.3. klo 9-15 välisenä aikana.

Yhteistyöstä kiittäen

Ilona Lehmus (opiskelija)

Metropolia ammattikorkeakoulu

Sosiaali- ja terveysalan johtaminen (YAMK)

[ilona.lehmus@metropolia.fi](mailto:ilona.lehmus@metropolia.fi) / p. 040 357 3981

Anne Nikula (opinnäytetyön ohjaaja)

TtT, Yliopettaja

Metropolia ammattikorkeakoulu

[anne.nikula@metropolia.fi](mailto:anne.nikula@metropolia.fi) / p. 040 630 1497

Isä Teo Merras (ohjaaja työpaikalla)

TM, Pastori

Helsingin ortodoksinen seurakunta

[teo.merras@ort.fi](mailto:teo.merras@ort.fi) / p. 09 85 646 120

VASTAUSOHJEET: RASTITTAKAA JOKAISessa KOHDASSA VALITSEMANNE NUMERO TAI KIRJOIT-  
TAKAA VASTAUKSENNE SILLE VARATTUUN TILAAN.

1) Sukupuoli: 1. Mies \_\_\_\_\_  
2. Nainen \_\_\_\_\_

2) Asuinkunta: \_\_\_\_\_

3) Ikä: 1. 65 - 69 vuotta \_\_\_\_\_  
2. 70 - 74 vuotta \_\_\_\_\_  
3. 75 - 79 vuotta \_\_\_\_\_  
4. 80 - 84 vuotta \_\_\_\_\_  
5. 85 vuotta tai yli \_\_\_\_\_

4) Asumismuoto: 1. Asun yksin kotona \_\_\_\_\_  
2. Asun puolison kanssa kotona \_\_\_\_\_  
3. Asun muualla, missä \_\_\_\_\_

5) Oletteko osallistunut jumalanpalveluksiin, seurakunnan järjestämään muuhun tointaan tai käyttänyt diakoniatöiden palveluita? 1. Olen \_\_\_\_\_  
2. En ole \_\_\_\_\_

Mikäli **ette ole** osallistunut seurakunnan järjestämään toimintaan tai käyttänyt palveluita, voitte siirtyä suoraan viimeiselle sivulle D-osioon.

Mikäli olette osallistunut toimintaan tai käyttänyt palveluita, olkaa hyvä ja jatkakaa kyselyyn vastaamista seuraavalla sivulla.



**B) SEURAKUNNAN JÄRJESTÄMÄT KERHOT JA TAPAHTUMAT**

**Seurakunnan palkatuilla työntekijöillä on päävastuu seurakunnan toiminnasta.**

**Monet kerhot ja tapahtumat toteutetaan kuitenkin pääosin vapaaehtoisin voimin.**

6) Mihin seuraavista toiminnoista olette osallistunut seurakuntalaisena?

(Voitte valita alla olevista vaihtoehdoista useamman kohdan.)

1. Jumalanpalvelukset \_\_\_\_\_
2. Kirkkokahvit liturgian yhteydessä \_\_\_\_\_
3. Merkkipäiväjuhla \_\_\_\_\_
4. Veteraanijuhla \_\_\_\_\_
5. Diakoniaruokailu (ent. työttömien ruokailu) \_\_\_\_\_
6. Tiistaiseura \_\_\_\_\_
7. Sururyhmä \_\_\_\_\_
8. Diakonian järjestämä kerho \_\_\_\_\_
9. Päiväretket / matkat \_\_\_\_\_
10. Diakonian virkistysleiri Kaunisniemessä \_\_\_\_\_
11. Hiljaisuuden retriitti Kaunisniemessä \_\_\_\_\_
12. Jokin muu kerho tai tapahtuma, mikä? \_\_\_\_\_

7) Minkä yllä olevista toiminnoista olette kokenut kaikista mieluisimmaksi ja miksi?

8) Kuinka olette löytänyt tarvitsemanne tiedot eri kerhoista ja tapahtumista?

(Voitte rastittaa halutessanne monta vaihtoehtoa.)

1. Ortodoksiviesti-lehdestä \_\_\_\_\_
2. Seurakunnan internet-sivuilta \_\_\_\_\_
3. Seurakunnalta lähetetystä kirjeestä \_\_\_\_\_
4. Seurakunnan työntekijän kautta \_\_\_\_\_
5. Ystävän tai tuttavän kautta \_\_\_\_\_
6. Jostakin muualta, mistä \_\_\_\_\_

- 9) Vastaako mielestänne seurakunnan seniori-ikäisille suunnattu toiminta tarpeitanne ja toiveitanne?
1. Kyllä \_\_\_\_\_
2. Ei \_\_\_\_\_

- 10) Miten toivoisitte seurakunnan kehittävän edellä mainittuja toimintoja?

### C) DIAKONIA TOIMEN LÄHIMMÄISPALVELUT

**Seurakunnan diakoniatöiden vapaaehtoiset auttavat tarvittaessa seurakuntalaisia tukihenkilöinä tekemällä koti- ja laitospöyntejä. Auttava puhelin toimii puolestaan niitä seurakuntalaisia varten, jotka haluavat keskustella anonymisti.**

- 11) Mitä alla olevista diakoniatöiden tarjoamista lähimmäispalveluista olette käyttänyt?

1. Kotikäynnit \_\_\_\_\_
2. Auttava puhelin \_\_\_\_\_

- 12) Kuinka olette saanut tietoa yllä olevista lähimmäispalveluista?

(Voitte rastittaa halutessanne monta vaihtoehtoa.)

1. Ortodoksiviesti-lehdestä \_\_\_\_\_
2. Seurakunnan internet-sivuilta \_\_\_\_\_
3. Seurakunnan lähettämästä kirjeestä \_\_\_\_\_
4. Seurakunnan työntekijän kautta \_\_\_\_\_
5. Ystävän tai tuttavien kautta \_\_\_\_\_
6. Jostakin muualta, mistä \_\_\_\_\_

13) Minkälaisia kokemuksia Teillä on diakoniatoimen vapaaehtoisten tarjoamista lähimmäispalveluista?

14) Miten kehittäisitte kyseisiä palveluita?

15) Minkälaisia diakoniatoimen järjestämiä tukipalveluita toivoisitte yllä olevien lisäksi?

**D) 16) Mikäli ette ole osallistunut seurakunnan järjestämään toimintaan, kertokaa miksi?** (Voitte rastittaa halutessanne monta vaihtoehtoa.)

1. En ole löytänyt itseäni kiinnostavaa toimintaa. \_\_\_\_

2. En ole saanut riittävästi tietoa toiminnasta. \_\_\_\_

3. Seurakunnan järjestämä toiminta on liian kaukana. \_\_\_\_

4. Jokin muu syy, mikä? \_\_\_\_\_

**Kiitokset vastauksistanne!**